ISBN: 978-605-149-515-6

T.C. ISPARTA VALİLİĞİ İL ÖZEL İDARESİNİN KAYNAKLARI İLE BASTIRILMIŞTIR.

Isparta Mutfağı "Geleneksel Tatlarımızdan Seçmeler"

T.C.
ISPARTA VALİLİĞİ
İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Isparta Mutfağı

"Geleneksel Tatlarımızdan Seçmeler"

Isparta 2014

T.C.
ISPARTA VALİLİĞİ
İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Isparta Mutfağı

"Geleneksel Tatlarımızdan Seçmeler"

Isparta - 2014

T.C. ISPARTA VALİLİĞİ
İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

ISPARTA MUTFAĞI "Geleneksel Tatlarımızdan Seçmeler"

İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Yayınları: 13
ISBN: 978-605-149-515-6

İletişim:
İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü
Kepeci Mahallesi 106 Cadde 1217 Sokak No:31 • 32300 / ISPARTA
Tel: 0. 246. 232 57 71 - 223 27 98 • Faks: 0. 246. 232 61 42
web: www.isparta.gov.tr • web: www.ispartakulturturizm.gov.tr
e-mail: iktm32@kultur.gov.tr • email: kulturturizm@isparta.gov.tr

Koordinatörler:
Abdullah AKDAŞ- Vali Yardımcısı V.
Abdullah KILIÇ- İl Kültür ve Turizm Müdürü

Yayına Hazırlık:
Zehra TEKİN - Enformasyon Memuru
Zeliha ALAV - Memur - Geleneksel Türk Sanatları Uzmanı
Ayten KAYMAK - Daimi İşçi

Çalışma Komisyonu:
Osman ÇOT -Müdür Yardımcısı
Mehtap YILDIZ - Şube Müdürü
Berna KUTLAR DOĞAN - Şube Müdür V.
Zehra TEKİN - Enformasyon Memuru
Zeliha ALAV - Memur - Geleneksel Türk Sanatları Uzmanı
Ayten KAYMAK - Daimi İşçi

Fotoğraflar:
İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Arşivi

Tasarım ve Baskı:
Sistem Ofset Basım Yay. San. Tic. Ltd. Şti.
Tel: 0. 312. 229 18 81 Fax: 0. 312. 229 63 97
www.sistemofset.com

Bu kitap T.C. Isparta Valiliği İl Özel İdaresinin kaynakları ile bastırılmıştır.
Kitabın telif ve yayın hakları T.C. Isparta Valiliği İl Kültür ve Turizm Müdürlüğüne aittir.
Ücretsiz dağıtılmak üzere 2000 adet basılmıştır.

TÜRKİYE CUMHURİYETİNİN TEMELİ KÜLTÜRDÜR.
K. ATATÜRK

Bir toplumun, tarihsel süreç içerisinde ürettiği ve nesilden nesile aktardığı her türlü maddi ve manevi değerlerin bütünü olarak tanımlanan kültür o toplumun kimliğini oluşturur ve diğer toplumlardan farklı kılar. Beslenme şekli de fiziksel bir ihtiyaç olmasının yanında o toplumun kültürel bir unsurudur.

Türk toplumu, yemeklerin çeşitliliği, tadı ve özelliği bakımından diğer toplumlara göre farklılıklar göstermektedir. Tarihte yer almaya başladıkları andan itibaren beslenmeye çok önem veren halkımızın yeme içme kültürü, sosyal hayatta da her zaman önemli bir faktör olarak günümüze kadar ulaşmıştır.

Hazırlanan bu kitap, Bölgenin coğrafi yapısı ve ikliminin, şehrin ekonomik yapısının, gelenek ve göreneklerinin, inanış ve düşünce şekillerinin yemek kültürüne etkileri hakkında da bizlere önemli ipuçları vermektedir.

Isparta ve ilçelerinde farklı tatlarda ve lezzetlerle yapılan yemeklerin pişirilme şekilleri, yiyeceklerin saklanması ve tüketilmesine kadar birçok tarifi içerisinde barındıran bu kitap, Isparta yöresinde sıklıkla yapılan yöreye özgü lezzetlerin geleneksel şekilde anlatılmasının yanı sıra diğer bölgelerden etkileşimlerin de gözler önüne serildiği bir çalışma olmuştur.

Isparta'nın geleneksel mutfak kültürünü koruyarak tanıtımını ve gelecek nesillere aktarılmasını sağlamak amacıyla hazırlanan Isparta Mutfağı, "Geleneksel Tatlarımızdan Seçmeler" kitabının hazırlanmasında emeği geçenlere teşekkür eder, bu kitabın Isparta halkına ve Isparta'ya ilgi duyanlara faydalı olmasını dilerim.

Vahdettin ÖZKAN
Isparta Valisi

Dünyanın en önemli mutfakları arasında yer alan Türk mutfağı, yöresel mutfakların kendilerine has özelliklerini de içinde barındıran köklü ve çok yönlü olma özelliğini taşıyan bir mutfak kültürüdür.

Isparta mutfak kültürü denildiğinde ise bu yöre toprakları üzerinde yaşayan insanların tüketmiş olduğu yiyecek ve içecekler ile bunların hazırlanması, pişirilmesi ve saklanmasında kullanılan teknikleri ve araç gereçleri ifade etmektedir.

Isparta halkının yeme içme alışkanlıkları incelenirken tarımsal yapı, yerleşik ve göçebe kültürünün etkisi, yakın kültürlerden etkilenme, sosyoekonomik düzeye göre farklılaşma, köy ve kentlerdeki davranış şekilleri, yemeklerin bölgelere göre farklılık göstermesi ve toplu yemek yeme geleneği gibi faktörlerin etkili olduğu görülmektedir. Geleneklerin, inanışların ve rivayetlerin halk kültürü araştırmalarında tespit edildiği şekliyle kalmadığı, zaman içerisinde eğitim, sağlık ve teknolojide yaşanan gelişmeler nedeniyle bazı halk inanışlarından vazgeçildiği de görülmektedir. Küreselleşmenin etkisi ile diğer dünya mutfaklarından etkilenmeler, sağlıksız hazır gıdaların yoğun olarak tüketildiği günümüzde Türk mutfak kültürünün ve yöresel tatlarımızın yaşatılması ve gelecek kuşaklara aktarılması konusunda yapılması gerekenler bulunmaktadır.

Uzun araştırmalar neticesinde derlenmiş olan Isparta Mutfağı Geleneksel Tatlarımızdan Seçmeler isimli bu kitabımızda, tüm yemek tarifleri alfabetik sıraya göre yazılmış olup, yemeklerin hazırlanışından sunumuna kadar gelişen tüm aşamaları geleneksel kimlikleri korunarak tariflere aktarılmıştır. Bu yemekler Isparta halkının kendi coğrafyasının imkânları, inanç ve gelenekleri doğrultusunda ağız tadı, yardımlaşma, dayanışma, sevince ve kedere ortak olma duygu ve düşüncelerinin ifade ediliş şeklidir.

Kitabın hazırlanması ve yayımlanması aşamasında emeği geçen tüm çalışma arkadaşlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunar, okuyuculara faydalı olmasını dilerim.

Abdullah KILIÇ
İl Kültür ve Turizm Müdürü

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ 1

1. GENEL BİLGİLER 2

1.1. İklimi ve Coğrafyası 5

1.2. Bitki Örtüsü ve Yaban Hayatı 5

1.3. Tarihte Isparta 5

2. ISPARTA MUTFAĞI 7

2.1. Isparta Mutfak Mimarisi 7

2.1.1. Geleneksel Isparta Evleri'nde Mutfak Mimarisi 7

2.1.2. Köy Evlerinde Mutfak Mimarisi 8

2.2. Mutfaklarda Kullanılan Araç-Gereçler 9

2.3. Mutfaklarda Kullanılan Malzemeler 10

2.4. Yiyeceklerin Pişirilme Yöntemleri 11

2.5. Yiyeceklerin Saklanma Yöntemleri 11

2.6. Sofra Düzeni ve Adabı 12

2.7. Özel Gün Yemek ve Yiyecekleri 13

2.7.1. Doğum 13

2.7.2. Sünnet 14

2.7.3. Evlenme 15

2.7.4. Askerlik 16

2.7.5. Hac 16

2.7.6. Ölüm 16

2.7.7. Dinî Günler ve Bayramlar 17

2.7.7.1. Kandiller 17

2.7.7.2. Ramazan Ayı 17

2.7.7.3. Arife Günleri ve Bayramlar 18

2.7.7.4. Muharrem Ayı 18

2.7.7.5. Nevruz 18

2.7.7.6. Hıdırellez 18

2.7.7.7. Yağmur Duâsı 18

2.8. Yiyeceklerle İlgili Halk İnanışları 19

3. YÖRESEL YEMEKLER **21**
3.1. Çorbalar **23**
3.1.1. Buğday Diş (Top) Tarhana Çorbası 24
3.1.2. Bulamaç Çorbası 25
3.1.3. Bulgur Çorbası 26
3.1.4. Doğga (Toyga) Çorbası 27
3.1.5. Göce Tarhanası Çorbası 28
3.1.6. Keklik Çorbası 29
3.1.7. Kırmızı Mercimek Çorbası 30
3.1.8. Loğusa Çorbası 31
3.1.9. Meyane Çorbası 32
3.1.10. Ovmaç (Oğmaç) Çorbası 33
3.1.11. Patates Çorbası 34
3.1.12. Sakala Sarkan Çorbası 35
3.1.13. Sütlü Çorba 36
3.1.14. Tavuklu Düğün Çorbası 37
3.1.15. Toz Tarhana Çorbası 38
3.1.16. Tutmaç (Tutmaş) Çorbası 39
3.2. Et Yemekleri **41**
3.2.1. Banak 42
3.2.2. Bütün Et (Kapama) 43
3.2.3. Ekmek Aşı 44
3.2.4. Et Haşlama 45
3.2.5. Et Kavurma 46
3.2.6. Etli Kuru Fasulye 47
3.2.7. Güveç 48
3.2.8. Isparta Şiş Köfte 49
3.2.9. Isparta Fırın Kebabı 51
3.2.10. Patates Tavaetisi 52
3.2.11. Pişi Köfte 53
3.2.12. Soğanlı Et (Zülbiye) 54
3.2.13. Tas Kebabı 55
3.2.14. Tirit 56
3.2.15. Topalak (Sulu Köfte) 57
3.2.16. Yahni 58
3.2.17. Yoğurtlu Et 59
3.3. Av Hayvanları ile Yapılanlar **61**
3.3.1. Bıldırcın Çömlek Kebabı 62
3.3.2. Keklik Kızartması 63

3.3.3. Tavşan Böreği 64
3.3.4. Tavşan Yahnisi 65
3.4. Balık Yemekleri 67
3.4.1. Balıklı Pilav 68
3.4.2. Göl Levreği 69
3.4.3. Güveçte Tereyağlı Alabalık 70
3.4.4. Sazan Yahnisi 71
3.4.5. Sazan Dolması (Çapak Dolması) 73
3.4.6. Sıraz (Eğrez) Balığı Salamurası 74
3.4.7. Tuzda Balık 75
3.5. Sakatatlar 77
3.5.1. Ciğer Kavurma 78
3.5.2. Ciğer Tava 79
3.5.3. Karın Dolması (Bumbar) 80
3.5.4. Kelle-Paça Çorbası 81
3.6. Sebze Yemekleri 83
3.6.1. Bamya Yemeği 84
3.6.2. Biber Yemeği 85
3.6.3. Bütün Etli Badılcan 86
3.6.4. Cifne (Zıplak) 87
3.6.5. Dilme Fasulye (Sakala Sarkan) 88
3.6.6. Domates (Freg) Yemeği 89
3.6.7. Fasulye Boranisi 90
3.6.8. Fasulye Sıyırma 91
3.6.9. Ispanak Boranisi 92
3.6.10. Ispanak Musakkası 93
3.6.11. Kabak Boranisi 94
3.6.12. Kabak Yemeği (Saçma Dolma) 95
3.6.13. Kurutulmuş Badılcan Yemeği 96
3.6.14. Patlıcan Oturtma 97
3.6.15. Pırasa Yemeği 98
3.6.16. Sap Aşı 99
3.6.17. Uzun Kabak Yemeği 100
3.6.18. Yatırtma (Karnıyarık) 101
3.7. Yabani Otlarla Yapılan Yemekler 103
3.7.1. Gelincik Boranisi 107
3.7.2. Göbelek-Kuzu Göbeği (Mantar) Yemeği 108
3.7.3. Otlu Yumurta 109

3.7.4. Sığırdili Boranisi 110
3.7.5. Yeşil Soğanlı Mantar Yemeği 111
3.8. Sarmalar ve Dolmalar 113
3.8.1. Biber Dolması 114
3.8.2. Domates Dolması 115
3.8.3. Etli Yaprak Sarması 116
3.8.4. Haşhaşlı Yaprak Sarması 117
3.8.5. Kabak Dolması 118
3.8.6. Kelem (Lahana) Sarması 119
3.8.7. Patates Dolması 120
3.8.8. Patlıcan Dolması 121
3.8.9. Soğan Dolması 122
3.8.10. Zeytinyağlı Yaprak Sarması 123
3.9. Tahıl Yemekleri 125
3.9.1. Akgelin Pilavı 126
3.9.2. Çoban Pilavı 127
3.9.3. Domatesli Bulgur Pilavı 128
3.9.4. Dövme Pilavı 129
3.9.5. Ev Hamuraşısı 130
3.9.6. Ev Makarnası (Erişte) 131
3.9.7. Gölle 132
3.9.8. Kakırdaklı Bulgur Pilavı 133
3.9.9. Kabune 135
3.9.10. Mercimekli Bulgur Pilavı 136
3.9.11. Mercimekli Sulu Aş 137
3.9.12. Senirkent Usulü Keşkek 138
3.9.13. Sülük Aşı 139
3.9.14. Tavuklu Pirinç Pilavı 140
3.9.15. Tevek Aşı 141
3.9.16. Yalvaç Usulü Keşkek 142
3.10. Yumurtalılar 145
3.10.1. Çılbır (Çilbir) 146
3.10.2. Kuru Biberli Menemen 147
3.10.3. Patatesli Kaygana 148
3.10.4. Sahanda Yoğurtlu Yumurta Oturtması 149
3.10.5. Sızgıçlı Yumurta 150
3.10.6. Soğanlama 151
3.10.7. Soğanlı Yumurta 152
3.10.8. Yumurta Mıhlaması 153

3.11. Salatalar **155**
3.11.1. Çoban Salatası 156
3.11.2. Domates Salatası 157
3.11.3. Közlenmiş Patlıcan Salatası 158
3.11.4. Marul Salatası 159
3.11.5. Patates Salatası 160
3.11.6. Semizotu Salatası 161
3.11.7. Soğan Salatası 162
3.11.8. Turp Salatası 163
3.12. Tatlılar **165**
3.12.1. Aşure 167
3.12.2. Bulamaç Tatlısı 168
3.12.3. Ceviz Baklavası 169
3.12.4. Ceviz Helvası 170
3.12.5. Çakal Helvası 171
3.12.6. Güllaç 173
3.12.7. Derdimi Alan 174
3.12.8. Güveçte Tahin Helvası 175
3.12.9. Haşhaş Helvası 176
3.12.10. Haşhaşlı Pelte 177
3.12.11. Helikli Pekmez 178
3.12.12. Höşmerim 179
3.12.13. İncir Tatlısı 180
3.12.14. İrmik Helvası 181
3.12.15. Kabak Tatlısı 182
3.12.16. Kaçamak 183
3.12.17. Kaygana 184
3.12.18. Köpük Helva 185
3.12.19. Kesmik Baklavası 186
3.12.20. Loğusa Peltesi 188
3.12.21. Lokma 189
3.12.22. Meyveli Pelte 190
3.12.23. Nişasta Helvası 191
3.12.24. Ovma Helvası 192
3.12.25. Pekmezli Nişasta Peltesi 193
3.12.26. Peynir Baklavası 194
3.12.27. Peynirli Pide Tatlısı 195
3.12.28. Saksağan Beyni (Karga Beyni) 196
3.12.29. Sarı Burma (Oklava Çekmesi) 197

3.12.30. Samsa 198
3.12.31. Su Peltesi 200
3.12.32. Sütlaç 201
3.12.33. Şekerleme 202
3.12.34. Tel Kadayıf 203
3.12.35. Tosmankara 204
3.12.36. Un Helvası 205
3.12.37. Yoğurt Tatlısı 206
3.12.38. Zerde 207

3.13. Hamurlu Yiyecekler 209

3.13.1. Borlu Böreği-Kuyruğu Sulu 211
3.13.2. Etli Senget Sac Böreği 212
3.13.3. Gelincik Böreği 213
3.13.4. Hamursuz (Hamırsız) 214
3.13.5. Haşhaşlı Gevrek 215
3.13.6. Haşhaşlı Katmer 216
3.13.7. Isparta Peksimeti 217
3.13.8. İnce Börek 218
3.13.9. Kulak Böreği 219
3.13.10. Nokul (Kömbe, Goşma) 221
3.13.11. Pişi 222
3.13.12. Sac Arası 223
3.13.13. Sac Dolama 224
3.13.14. Tahinli Pide 225
3.13.15. Su Böreği 227
3.13.16. Şepit Böreği 228

3.14. Ekmekler 231

3.14.1. Bazlama (Bazdırma, Hamurlu) 232
3.14.2. Külür 233
3.14.3. Mayalı Ekmek 234
3.14.4. Yufka Ekmek 235
3.14.5. Patatesli Ekmek 236

3.15. İçecekler 239

3.15.1. Koruk Suyu (Hardaliye-Üzüm Suyu) 240
3.15.2. Kuru Kayısı Hoşafı 241
3.15.3. Loğusa Şerbeti 242
3.15.4. Üzüm Hoşafı 243
3.15.5. Vişne Kompostosu 244

3.16. Kışlık Hazırlanan Yiyecekler **245**
3.16.1. Bakliyatlar 247
3.16.1.1. Bakliyatlar 247
3.16.1.2. Bulgur 249
3.16.1.3. Haşhaş Ezmesi 250
3.16.2. Etle Hazırlananlar 251
3.16.2.1. Kakırdak 251
3.16.2.2. Pastırma (Et Kurusu) 252
3.16.2.3. Sızgıç 253
3.16.3. Kış İçin Hazırlanan Çorbalıklar 254
3.16.3.1. Toz (İnce) Tarhana 254
3.16.3.2. Buğday Diş (Top - Göce) Tarhana 256
3.16.4. Kurutulanlar 257
3.16.4.1. Kurutulmuş Asma Yaprağı 257
3.16.4.2. Salamura Yaprak 258
3.16.4.3. Sebze ve Meyve Kuruları 259
3.16.5. Makarnalar 262
3.16.5.1. Ev Makarnası 263
3.16.5.2. Tatar / Ev Hamuraşısı 264
3.16.6. Nişastalar 265
3.16.6.1. Buğday Nişastası 265
3.16.7. Reçeller 266
3.16.7.1. Besdel (Pestil) 266
3.16.7.2. Çeşitli Meyve ve Sebze Reçelleri 267
3.16.7.3. Dut Pekmezi 268
3.16.7.4. Sırma (Çörek) 269
3.16.7.5. Üzüm Pekmezi 271
3.16.8. Salçalar 272
3.16.8.1. Domates ve Biber Salçası 272
3.16.9. Süt ve Süt Ürünleriyle Yapılanlar 273
3.16.9.1. Kızartılmış Kaymak Yağı 273
3.16.9.2. Salamura Peynir 274
3.16.10. Turşular 275
3.16.10.1. Karışık Turşu 275
3.17. Gülcülük **277**
3.17.1. Isparta'da Gül Üretiminin Tarihçesi 278
3.17.2. Isparta Gülü'nün Özellikleri 280
3.17.3. Gülün Faydaları 281
3.17.4. Gül Ürünleri 282

3.17.5. Gül Reçeli 283
3.17.6. Evde Gül Lokumu 284
3.17.7. Gül Çayı 286
3.17.8. Gül Şurubu 287
3.18. Elmacılık 289
3.18.1. Elmacılık 289
3.18.2. Elmanın Yararları 289
3.18.3. Elma Cipsi 290
3.18.4. Elma Kompostosu 291
3.18.5. Elma Kurusu 292
3.18.6. Elma Marmelatı 293
3.18.7. Elma Pekmezi 294
3.18.8. Elmalı Kurabiye 295
3.18.9. Elma Sirkesi 297
3.19. Kirazcılık 299
3.29.1. Kirazcılık 299
3.29.2. Kiraz Kompostosu 300
3.29.3. Kiraz Reçeli 301
4. KULLANILAN MALZEMELERİN ÖLÇÜ TABLOSU 302
5. SÖZLÜK 305
6. YİYECEK VE İÇECEKLERİN MAHALLİ AĞIZLA SÖYLENİŞLERİ 308
7. DERLEYİCİ VE KAYNAK KİŞİ BİLGİ FORMLARI 309
7.1. Derleyici Bilgi Formları 309
7.1. Kaynak Kişi Bilgi Formları 310

GİRİŞ

Bir toplumun sahip olduğu kültürel değerler, o toplumun yaşam biçimlerinin ve yeme içme alışkanlıklarının üzerinde etkilidir. Farklı toplumların farklı kültürlere sahip olduğu bir gerçektir. Türk toplumu da, yemek çeşitleri, tadı ve özelliği bakımından diğer toplumlara göre farklılıklar göstermektedir ve bu özelliği nedeniyle Türk mutfağı, dünya mutfakları arasında önemli bir yere sahiptir.

Türkiye'de yöresel mutfakların kendine has etkilerini içinde barındıran köklü ve çok yönlü bir mutfak kültürü yaşamaktadır. Isparta mutfağı ise, ülkemizdeki belli başlı yörelerin mutfakları kadar bilinmese de, her zaman geçiş yollarının üstünde bir şehir olması ve birçok farklı medeniyetin izlerini taşıması nedeniyle oldukça zengin bir mutfak kültürünü içinde barındırır.

Türkiye'nin her yerinde görülebilen yemek çeşitleri olduğu gibi, tamamen yöreye özgü yemek çeşitleri de bulunmaktadır. Bölgedeki tarımsal yapı, hayvancılık, göçebe kültürü ve başka yörelerden etkilenme, Isparta'nın beslenme şeklini belirlemiştir. Et, sebze ve tahıl kökenli yemek çeşitlerinin yanı sıra ekmek, börek ve tatlı çeşitleri de yöreye has bir şekilde yapılmaktadır.

Isparta'da dana ve keçi etinden yapılan yemekler daha fazla tercih edilmekle birlikte, dağlık, ormanlık ve engebeli arazi yapısı, av hayvanlarıyla yapılan yemeklerin ve Türkiye'nin dördüncü büyük gölü olan Eğirdir Gölü'nün bölge sınırları içerisinde olması sonucunda balık yemeklerinin yöre mutfağına ayrı bir zenginlik kattığı görülmektedir. Yemeklerin ana malzemesi olan et, sebzelerle birlikte ya da sade olarak da pişirilmektedir.

Coğrafyanın ve ikliminin etkisiyle sadece bu bölgede yetişen haşhaş yemek kültürünü de doğrudan etkilemiştir. Yemeklerin ve hamur işlerinin içerisinde haşhaş yağını ya da haşhaşın kavrulmasıyla elde edilen haşhaş ezmesini görmek mümkündür. Bölgenin diğer tarım ürünlerinden olan üzüm, dut ve elma yetiştiriciliği sayesinde, bu meyvelerden elde edilen pekmez çeşitleri de tatlı ve tatlandırıcı olarak kullanılmaktadır.

Şehir merkezinde yemeği evdeki kadın, varsa yetişkin kızı veya gelini pişirirken, kırsal yerlerde gelinler, kızlar yazın çoğunlukla tarlaya, bahçeye gittiği için evde kalan kimse yemeği pişirme görevini yerine getirir. Bu kişi genellikle anne ya da kayınvalidedir. Kız çocuklarına 9-10 yaşlarından itibaren her türlü ev işlerinin yanı sıra yemek pişirmek de öğretilir. Bununla birlikte Kız Meslek Liseleri'nde okuyan veya Halk

Eğitim Merkezleri'nin açmış olduğu kurslara katılan kızlar, değişik yemek yapma ve pişirme şekillerini de öğrenirler.

Isparta'da özel ve kutsal kabul edilen günlerde yapılarak yenilen yiyecek ve içecekler geniş bir çeşitlilik içerisinde günümüze kadar devam etmiştir. Yörede düğün yemeklerini genellikle erkek aşçılar pişirirler. Bu kişiler yemek pişirmesini ustalarından veya yapanların yanında görerek, tecrübe edinme yoluyla öğrenirler.

Yörenin hemen hemen her yerinde yemek genelde yerde *"sofra bezi"* veya *"sofraltı"* denilen bir örtü serilip üzerine *"ayaklık"*, *"kasnak"* veya *"tabla"* adı verilen bir araç konulduktan sonra *"sini"* üzerinde yenilir. Kalabalık ailelerde kadın ve çocuklar ayrı bir yerde yerken, küçük ailelerde kadın-erkek ayrımı yapılmaksızın sofraya oturulur. Yemeğe başlamadan önce *"besmele"* çekilir. Evin en büyüğü veya reisi kimse yemeğe önce o başlar. Su içileceği zaman "su küçüğün, sus büyüğün" sözü ile su önce küçüklere takdim edilir. Genellikle yemekler bir tabaktan yenilir. Yalnız günümüzde ayrı kaplarda yemek yenilmesi kabul görmektedir. Sabah kahvaltısı, öğlen ve akşam olmak üzere yemekler üç öğünde toplanmaktadır. Sabah kahvaltısı geç yapıldığında öğlen yemeğinin yenilmediği görülür. Yemekler köylerde çoğunlukla avluda, kuzine sobalarda veya ocakta; ateş, üzerinde pişirilir.

1. GENEL BİLGİLER

Antik çağlara kadar uzanan binlerce yıllık tarihe ve henüz antik çağın küf kokusu kaybolmamış tarihi eserlere, otantik Türk kültür ve folklorik özelliklere, büyüleyici doğal güzelliklere, çok zengin flora ve faunaya sahip olan Isparta, Türkiye'nin Batı Akdeniz Bölgesinde sürekli gelişen önemli bir tarih, kültür ve turizm şehridir.

Türkiye'nin gül bahçesi olan Isparta, gül yetiştiriliciliği ve gül yağı üretiminde dünyanın en önemli endüstri merkezidir. Dünya gül yağı üretiminin yaklaşık % 60'ını Isparta karşılamaktadır. Parfümden kreme, lokumdan reçele kadar otuzdan fazla ürüne dönüşen incecik pembe yapraklı Isparta gülü, kentin her köşesinde kendisini gösterir.

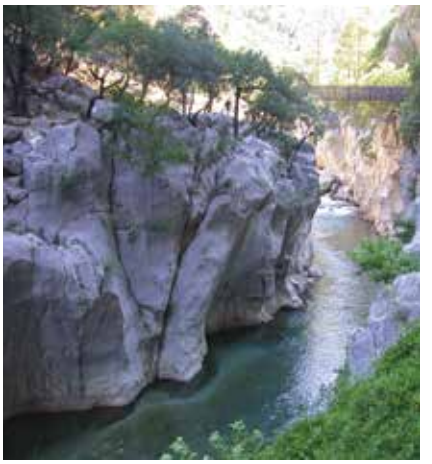
Geleneksel kültür ve el emeği ile dokunan Isparta halıları da

haklı bir üne sahiptir. Türkiye'nin elma üretiminin % 20'sini karşılayan Isparta, aynı zamanda Türkiye'nin elma ve meyve bahçesidir.

Sınırları içerisinde çok sayıda göl, gölet, milli ve tabiat parkı ile tabiat koruma alanı bulunan Isparta, aynı zamanda dünyada sınırlarında en fazla göl ve gölete sahip ildir. Eğirdir Gölü, Kovada Gölü ve Gölcük Krater Gölü bilinen en önemli gölleridir. Halk arasında "Yedi Renkli Göl" olarak bilinen Eğirdir, suda yetişen balıklarının lezzeti ile de tanınmaktadır.

Bölgede geçmişten günümüze birçok uygarlığın izlerini bulmak mümkündür. Lidyalılar, Frigler, Persler, Helenler, Romalılar, Bizanslılar, Selçuklular ve Osmanlılar dönemine ait önemli tarihi eserler ve antik kentler vardır. Henüz fazla ortaya çıkmamış antik yerleşmeler ve kaya mezarları keşfedilmeyi beklemektedir. St. Paul'un ilk vaazını (MS 46) verdiği kilise Yalvaç Pisidia Antiokheia Antik Kentinde bulunmaktadır. Tarihte, Bizanslılar ile Türkler arasında 1176 yılında yapılan Miryakefalon Savaşı, Isparta topraklarında yapılmıştır.

Isparta ve çevresi, turizmin dört mevsim yapılabildiği ve her türlü doğa sporlarına meraklılarına hitap edecek seçenekler sunan bir bölgedir. Kışın, Davraz Dağı dahil diğer dağlarda kış sporları, geri kalan



mevsimlerde de doğa ve kültüre açık turizm faaliyetleri yapılabilmektedir. Her türlü su sporunu ve yamaç paraşütü yapmak için Eğirdir Gölü, kamp, dağcılık ve doğa yürüyüşleri yapmak için Yazılı Kanyon Tabiat Parkı, Kızıldağ Milli Parkı, Dedegöl Dağları, kültür ve inanç turizmi için Yalvaç Pisidia Antiokheia Antik Kenti ve Sütçüler Adada Antik Kenti, sağlık turizmi için Kızıldağ Milli Parkı, mağara turizmi için Aksu Zindan Mağarası ve Türkiye'nin en uzun mağarası Yenişarbademli Pınargözü Mağarası yörenin en dikkat çekici turizm değerleridir. Bunların yanı sıra ilde bulunan müzeler, kaleler, su kemerleri, kervansaraylar, medreseler, camiler, kiliseler, çarşılar, köprüler, geleneksel evler, kaya mezarları ve yazıtları, yaylalar, milli ve tabiat parkları, göl ve göletler, baraj kenarları, mesirelik ve dinlenme yerleri, örnek ve otantik turizm köyleri görülmeye değer diğer tarihi, kültürel ve turizm değerleridir.

Yörede geleneksel el sanatlarından deri, keçe, çorap, semer, saraç, minyatür at arabası, oya vb. ürünler kültürel ve ekonomik değerlerdir. Gül kreminden reçeline, kozmetik ürünlerinden şekerlemelere kadar gülden yapılmış hediyelikler, kentin hemen her dükkânında satılmaktadır. Ayrıca portre ya da sanatsal figürlerle dokunmuş modern el halıları da hediyelik ürünler arasında yer alır.

İklimiyle, bozulmamış doğasıyla, eğitim ve sağlık tesisleriyle, zengin kültürel ve turizm değerleriyle, sağlıklı kentleşme ve ulaşım kolaylığıyla Isparta, yaşam kalitesinin yüksek olduğu Türkiye'nin en gözde illerin başında gelir.

1.1. İklimi ve Coğrafyası

Isparta ili, Akdeniz Bölgesi'nin kuzeyinde Göller bölgesinde yer alır. 8.933 km²'lik yüzölçümüne sahip olan Isparta ili, kuzey ve kuzeybatıdan Afyon, batıdan ve güneybatıdan Burdur, güneyden Antalya, doğu ve güneydoğudan ise Konya illeri ile çevrilmiştir. Rakımı ortalama 1050 metredir. Isparta ilinin % 68,4'ü dağlar, % 16,8'i ovalar ve % 14,8'i platolardan oluşur. Isparta'da, Batı Toroslar'ın uzantısı olan ve yüksekliği 3000 m.yi bulan oldukça yüksek dağlar vardır. Dedegöl, Barla, Davraz ve Akdağ ilin en önemli dağları; Eğirdir Gölü, Kovada Gölü ve Gölcük Krater Gölü ise bilinen en önemli gölleridir.

Isparta, Akdeniz iklimi ile Orta Anadolu'da yaşanan karasal iklim arasında geçiş bölgesinde yer alması nedeniyle, bölgede her iki iklimin özellikleri gözlenir. Yılın en soğuk ayları Ocak ve Şubat, en sıcak ayları ise Temmuz ve Ağustos'tur. Yağışlar genellikle yağmur, kış aylarında zaman zaman kar, bahar ve yaz aylarında ise sağanak yağışlar şeklinde gözlenir.

1.2. Bitki Örtüsü ve Yaban Hayatı

Isparta arazisinin yarısına yakın bir kısmı ormanlardan oluşur. 1500 m yükselti kuşağına kadar, Akdeniz'e özgü maki türü ağaççıklarla birlikte, meşenin egemen olduğu yapraklı ormanlar bulunur. Yapraklı ormanlar üzerinde 1700-1800 metrelere kadar kızılçam, karaçam, sedir ve ardıç gibi ibreli ağaçlardan oluşan ve özellikle ilin güneyinde iğne yapraklı ormanlar yayılmıştır.

Isparta, yabani hayvan türleri bakımından zengin bir yörede yer alır. İldeki yaban hayvanları arasında yaban domuzu, sansar, porsuk, tilki, tavşan, sincap, kurt, karaca, alageyik, dağ keçisi, ayı ile kuş türlerinden yaban ördeği, keklik, çulluk, saksağan, sülün ve kaz sayılabilir. Isparta'daki tatlı sularda ise levrek, sazan, alabalık ve ıstakoz bulunur.

1.3. Tarihte Isparta

Kente niçin Isparta denildiği, Isparta adının nereden geldiği, kesin olarak bilinmemektedir. Tarihte en çok adının Baris olduğu ve bu ismin Hititçe'de "bereket" anlamına geldiği, Romalıların Bari adını kendi dillerine uyarlayıp "Sbarita" dedikleri, Baris adının Sanskritçe "Su"

anlamına gelen "Vari" kelimesiyle bağlantısı olduğu sanılmaktadır. Bu adın başına "Is" zarf edatı getirilerek Isparita şeklini aldığı, galat olarak "Isparta" denildiği belirtilmektedir.

Tarih boyunca sürekli yerleşim gören "Göller Bölgesi" Pisidia olarak adlandırılmıştır. bu bölgede, kendi dillerini konuşan "Pisidialılar" yaşamış ve yerel bir dil olarak da "Pisidçe" dilini konuşmuşlardır. Bu dilin varlığı Aksu İlçesindeki Timbriada, Sofular Köyü ve Senitli Yaylasında ele geçen mezar taşlarından anlaşılmaktadır.

Bölgeye ilk yerleşimler Üst Paleolitik ve Mezolitik dönemlere kadar iner. Neolitik ve Kalkolitik Çağda da bölge önemini sürdürmüştür. Tunç Çağ yerleşiminin bol olduğu Isparta ilinde Neolitik ve Kalkolitik yerleşimlerin de üzerinde olduğu toplam 56 adet höyük bulunmaktadır.

Hitit Döneminde "Pitaşşa" olarak adlandırılan bölge hakkında. Tarihi kaynaklarda Pisidia adına ilk kez Perslerin Döneminde, M.Ö. 5. yüzyıl sonunda rastlanmaktadır. MÖ 334 yılında, Büyük İskender'in egemenliğine geçen bölge, ölümünden sonra M.Ö. 281 yılında Seleukosların eline geçmiştir. Bu dönemde, Seleukoslar tarafından Pisidya bölgesinde Seleukeia Sidera (Atabey-Bayat), Apollonia(Uluborlu), Antiokheia (Yalvaç) kentleri kurulmuştur.

Seleukosların M.Ö 2. yy'da, Roma ordusuna yenilmesi sonucunda, Romalılarca, Seleukosların Anadolu'da Toroslara kadar olan tüm toprakları Bergama ve Rodoslular arasında paylaştırılmıştır. Pisidia bölgesi bu tarihten sonra Bergamalıların egemenliğine geçmiştir. M.Ö. 133 yılında ölen Bergama Kralı Attalos III'ün vasiyeti üzerine, Pisidia bölgesinin de içinde bulunduğu Anadolu toprakları Roma'ya bırakılmıştır.

Bölge, M.Ö. 102 yılında M. Antonius tarafından Kilikia Eyaleti içine alınmış daha sonra Asia Eyaletine bağlanmıştır.

Pisidia bölgesinde özellikle İmparator Augustus döneminde Roma egemenliğinin simgesi olan koloni kentleri kurulmuştur. Bunlar Antiokheia (Yalvaç), Kremna (Çamlık), Komoma (Ürkütlü), Olbasa (Belenli), Parlais (Barla)'dır.

Roma İmparatorluğu'nun MS 4. yy'da ikiye ayrılmasından sonra, Isparta Bizans İmparatorluğu'na bağlanmıştır. Malazgirt Savaşı'ndan sonra hızla Anadolu'ya yayılan Selçuklular, 1176 yılında, II. Kılıç Arslan zamanında, Bizans-Selçuklu savaşlarının en önemlisi olan Miryakefalon Savaşı yapılmıştır. Bu savaşın yapıldığı alan günümüz Isparta topraklarında içinde kalmaktadır.

13. yy başlarında, bu yörede Hamidoğulları Beyliği kurulmuş, Beyliğin kurucusu Feleküddin Dündar Bey, önce Uluborlu'yu, daha sonra da Eğirdir'i beyliğin merkezi yapmıştır. Isparta yöresi, ilk olarak 1374'te, daha sonra 1390'da bütünüyle Osmanlı yönetimine girmiştir.

Gerek Hamidoğulları Beyliği döneminde ve gerek Osmanlı yönetimi sırasında Isparta, önemli bir dokumacılık merkezi olmuştur. Iparta halısı olarak adlandırılan ayrı bir halı çeşidi bu bölgede dokunmuştur. Halıcılık, gül yağcılığı, ve haşhaş üretimi; Osmanlı Devletinin son döneminde Isparta'nın başlıca gelir kaynağıdır.

Isparta işgal edilen topraklar arasında bulunmadığından savaş nedeniyle tahrip görmemiştir. Ancak, savaşa katılan Ispartalıların gösterdiği başarıları bilen, Mustafa Kemal Atatürk, 6 Mart 1930 tarihinde Isparta'yı ziyaret etmiştir. Bu nedenle, her yıl 6 Mart günü, Isparta'nın mutlu günlerinden birisi olarak, Atatürk'ün Isparta'ya gelişini anmak üzere kutlanmaktadır.

2. ISPARTA MUTFAĞI

Isparta mutfak kültürünün anlatıldığı bu bölümde Yörenin mutfak mimarisi, kullanılan araç-gereçler, malzemeler, pişirilme ve saklanma yöntemleri, özel gün ve yiyecekleri, yiyeceklerle ilgili gelenekler, inanışlar ve törenlerden bahsedilmiştir.

2.1. Isparta Mutfak Mimarisi

Isparta'da mutfak yapısı, mimari açıdan incelendiğinde, geleneksel Isparta evleri ve köy evleri olmak üzere iki farklı mimari yapı ortaya çıkmaktadır.

2.1.1. Geleneksel Isparta Evleri'nde Mutfak Mimarisi

Geleneksel Isparta evlerinde mutfağın sabit bir konumunun olmadığı görülmektedir. Birçok evde mutfak, zemin katta yer alırken iki katlı ve genellikle iç sofalı evlerde bazen üst katta bulunmaktadır. İç sofalı evlerde, mutfağın üst katta ve odaların arasında yer aldığı sıkça görülmektedir. Üst katlarda arada kalan bu mutfak bölümü odalara göre daha dardır. Genellikle merdiven sahanlığının karşısında ve yaklaşık aynı ölçülerdedir.

Isparta evlerinde mutfak suları ile tuvalet sularının birbirine karışması uygun görülmediğinden, mutfak ve tuvalet farklı yerlerde planlanmıştır.

Geleneksel ev mimarisinde mutfağın yerinin avlular ve kış evi denilen daha küçük ve kapalı odalar olduğu görülmektedir. Ev planlarında mutfağın, arka ve yan cephelerde konumlandırıldığı, günümüzde ise pek çoğunun geleneksel özelliklerini yitirmiş olduğu görülmektedir.

Yiyecek ve içeceklerin, kış hazırlıklarının muhafaza edildiği "kilerler", çoğunlukla zemin katların bir kösesinde yer alırlar. Bu mekânlar küçük pencerelerle aydınlatılmaktadır. Her evde bir kiler odası bulunmaktayken sonradan ihtiyaçların ve yaşam tarzının değişmesi sonucu bu mekânların da farklı işlevlerle kullanıldığı ve daha sonraları bu mekânların işlev değiştirdikleri tahmin edilmektedir. Yani kiler olarak kullanılmayıp bunun yerine depo, odunluk olarak kullanılmaya başladıkları düşünülmektedir.

Bazı kaynaklarda evlerde oturmak, dinlenmek ve yemek pişirmek gibi işlevler için yapılan mekânlara "tandırevi", genellikle ekmek pişirilen odalara "ekmek evi" ve bazı evlerde üst katta, iki oda arasında kalan ve kiler işlevi gören mekânlara da "ara evi" denildiği belirtilmektedir.

Geleneksel Isparta evlerinde odaların dışında bazen sofada ocak olabildiği gibi, ekmek evi olan ya da ağa evine benzer büyük evlerin avlusunda genellikle bir ocak bulunmaktadır. Bu tür ocaklara "sac ocağı" ya da "kazan ocağı" denilir. Ekmeklerin veya yemeklerin bir kısmının burada pişirildiği bilinmektedir. Geçmişte sayıları oldukça fazla olan bu ocakların yıkıldığı ya da tahrip oldukları görülmektedir.

2.1.2. Köy Evlerinde Mutfak Mimarisi

Köylerdeki evler eski ve yeni yapılar olmak üzere ikiye ayrılır. Yeni tip yapılar daha çok betonarme, iki veya üç katlı, kullanım alanlarının tamamı evin içinde olacak şekilde inşa edilmektedir. Eski tip yapılar ise, genellikle tek veya iki katlı taş, kerpiç ve ahşap yapılardan oluşmaktadır.

Tek katlı eski yapılarda evlerin içinde mutfak, oturma ve yatak odaları, banyo gibi bölümler bulunmaktadır. Tuvalet ve depo gibi bölümler genellikle evin dışında inşa edilmiştir. Ayrıca bu yapılardan bağımsız olarak evlerin yan taraflarında bir oda büyüklüğünde kiler diye tabir edilen ek binaların olduğu da görülmektedir.

İki katlı eski yapılarda ise evlerin üst katları genellikle oturma ve yatak odaları (bazı evlerde mutfakların da bu katlarda olduğu görülmüştür) gibi bölümlerden oluşmakta, alt katlarda mutfak, ambar, kiler ve bodrum gibi bölümler yer almaktadır.

İki katlı evlerdeki bu bölümlerin çokluğu, özellikle yiyeceklerin hazırlanması ve saklanması için uygun ortamların oluşmasına imkân sağlamıştır. Mevsimine göre hazırlanan veya saklanması gereken kurutulmuş sebze, bulgur, un, peynir, salça, turşu, pekmez, tarhana v.b. yiyeceklerin muhafaza edilmesi bu bölümler sayesinde kolaylaşmıştır.

Köylerdeki mutfaklar genellikle diğer odalara göre daha dar ölçülerde yapılmıştır. Bu sebeple sadece yemek yapmak için kullanılmakta ayrıca mutfaklarda oturulmamaktadır. Yemeklerin dışındaki diğer tüm hazırlıklar (ekmek pişirme, pekmez yapımı v.b.) kiler diye tabir edilen yerlerde, evlerin önünde bulunan boş alanlarda veya hayatlarda yapılmakta, ayrıca mutfağa sığmayacak kadar büyük araç-gereç ile saklanması gereken yiyecek ve içeceklerin tümü bu kiler veya ambar olarak adlandırılan yerlerde muhafaza edilmektedir.

Mutfak olarak kullanılan odalarda genellikle ev sahibinin ya da evi yapan ustanın uygun gördüğü bir yerde olacak şekilde duvarlara oyulmuş ocaklar bulunmaktadır. Bu ocaklar bazı evlerde hala kullanılmakla birlikte, evlerin çoğunda işlevini yitirerek kapatılmış veya içlerine tüplü ocaklar yerleştirilmiş ve yemekler bu tüplü ocaklarda yapılmaya başlanmıştır.

Mutfakların içinde bulaşıkların yıkanabilmesi için lavabolar bulunabildiği gibi bazı evlerde bulaşıkların avluda veya bahçenin belirli köşelerindeki çeşmelerde yıkandığı da görülmektedir.

Mutfaklarda ayrıca üzerlerinde oyma ve süslemeler bulunan ahşap kapılı gömme dolaplar ve yetişkinlerin uzanabileceği yükseklikte tahtalıklar (raflar) vardır. Yiyecekler dolaplara, küçük boyutlu mutfak malzemeleri de tahtalıklara konulmaktadır.

2.2. Mutfaklarda Kullanılan Araç-Gereçler

Isparta'da, kısa bir süre öncesine kadar yemek hazırlıkları sırasında ve sofralarda bakır malzemeler yaygın olarak kullanılmakta idi. Ancak bu malzemelerin, satın alınmasının ve tamiratının pahalı olması, bakırcılık ve kalaycılıkla uğraşan ustaların gittikçe azalması gibi sebeplerle son dönemlerde kullanımı nispeten daha kolay ve maliyeti ucuz olan çelik ve alüminyumdan yapılan malzemelere yerlerini bıraktıkları görülmektedir. Günlük hayatta evlerde (mutfaklarda) az kullanılmakla birlikte hâlâ bol miktarda bakır malzemelerin mutfak veya ambarlarda saklandığı ve özellikle eve gelen misafirleri ağırlarken sofralarda kullanıldığı görülmektedir.

Bu bakır malzemelerin yanında toprak, ağaç ve camdan yapılan malzemelerin de mutfaklarda yer aldığını görülmektedir. Yağ, kavrulmuş et gibi yiyecekleri saklamada topraktan yapılmış çömlek, küp gibi eşyalar;

su, ayran gibi içecekleri saklamada toprak veya cam sürahiler sıklıkla kullanılmaktadır. Ekmek pişirme ve yemekleri hazırlama aşamasında ise ağaçtan yapılan malzemelerin çokluğu göze çarpar.

Isparta'da tespit edilen yiyecek ve içecek hazırlamada kullanılan bazı araç- gereçler; alüminyum ve çelik kazanlar, tabak, pişirgeç, aşırma, eysıran, çatal, kaşık, bıçak, kepçe, güğüm, dığan, kazan, sini, senit, sahan, kepçe, leğen, ilistir, kasnak, haran (harana), holus, oklava, şinik, çifne, dibek, havan, maşa, sacayağı, sac ve gözerdir.

2.3. Mutfaklarda Kullanılan Malzemeler

Isparta'nın coğrafi şartları ve bitki örtüsü yemek yapımında kullanılan malzemeleri de doğrudan etkilemektedir. Mutfakta kullanılan yağlar; kaymak yağı, ayçiçek yağı ve haşhaş yağıdır. Haşhaş yağı ve kaymak yağı genellikle evlerde elde edilmekte, ayçiçek yağı ise satın alınmaktadır. Yemeklerde koyun veya keçi eti tercih edilmekle birlikte, küçükbaş hayvan yetiştiriciliğinin giderek azalması nedeniyle en çok tüketilen et, büyükbaş hayvanlardan elde edilmektedir. Bu etlerin yanında kümes hayvanları, balık ve av hayvanlarının etleri de kullanılmaktadır.

Meyve ve sebzelerin yöresel mutfakta önemli bir yeri vardır. Taze olarak tüketildikleri gibi, oldukça fazla miktarda kurutuldukları ve bu kurutulan ürünlerin çeşitli yemeklerde kullanıldığı görülmektedir.

Hamur işlerinde son dönemlere kadar evde öğütülen unlar tercih edilmekteyken, artık fabrikalarda üretilen unlar sıklıkla kullanılmaya başlanmıştır. Köylerde hamurdan yapılan başta su böreği ve baklava olmak üzere birçok börek, çörek ve tatlı çeşidini görmek mümkündür.

Süt ürünleri yemeklerin hazırlanışında oldukça fazla önem arz eden yiyeceklerdir. Süt ve sütten üretilen yoğurt, ayran, yağ gibi ürünler çorbadan tatlıya kadar birçok yiyeceğin hazırlanmasında kullanılmaktadır. Tatlandırıcı olarak şeker kullanılmakla beraber, üzüm pekmezi ve reçellerin de tatlandırıcı olarak kullanılmaya devam ettiği görülmektedir.

2.4. Yiyeceklerin Pişirilme Yöntemleri

Hazırlanan yemeklere bakıldığında yağda kızartma, suda haşlama veya pişirme, kavurma ve kuru (fırın, ocak veya tandır) pişirme gibi yöntemlerin uygulandığı görülmektedir.

Yörelerdeki çeşitli hamur işleri, et ve sebze ağırlıklı yiyeceklerin bazıları yağda kızartma yöntemiyle pişirilmektedir.

Kuru pişirme yönteminde genellikle fırın, tandır, ocak, ızgara gibi araçlar kullanılmaktadır. Buralarda ekmek, börek gibi hamur işleri yapıldığı gibi, kırmızı veya beyaz et çeşitleri de pişirilmekte, patates ve patlıcan gibi sebzelerin de közlemeleri yapılmaktadır.

Yemekler hazırlanırken en çok kullanılan yöntem suda pişirme yöntemidir. Yemeklerde kullanılacak olan et veya sebzeler, daha önce tencerelerde kavrulan yağ, soğan ve salça karışımının içine atılmakta ve sonra su eklenerek pişirilmektedir.

Kavurma ise, daha çok çevreden toplanan yabani otlar, mantar gibi ürünler ile bahçelerde yetiştirilen ıspanak ve pırasa gibi sebzelerin pişirilmesinde kullanılan bir yöntemdir.

2.5. Yiyeceklerin Saklanma Yöntemleri

Buzdolabı, derin dondurucu gibi teknolojik aletlerin artık her evde bulunabilmesi sebebiyle kısa sürede tüketilmesi düşünülen yiyecekler genellikle buzdolaplarında saklanmaktadır. Buzdolaplarının olmadığı yerlerde ise geleneksel yöntemler uygulanmaktadır. Yiyecekler, evin en serin yerlerinde, tel dolaplarında veya ambarların uygun olan bölümlerinde saklanmaktadır.

Besinlerin uzun süreli saklanması gerektiği zaman uygulanan geleneksel yöntemler genellikle tuzlama ya da tuzlu suya koyma, kurutma ve kavurmadır. Meyve ve sebze gibi yiyeceklerde kurutma yöntemi sıklıkla

görülmekteyken, et ürünlerinin saklanmasında kurutma ile birlikte kavurma yöntemi de uygulanmaktadır. Süt ürünlerinde ise (özellikle peynir ve yağda) tuzlama yöntemi en yaygın kullanılanıdır.

2.6. Sofra Düzeni ve Adabı

Köylerde yemek yeme alışkanlığı sabah, öğlen ve akşam olmak üzere günde üç öğün olarak şekillenmektedir. Belirli bir yaşı geride bırakmış kişilerde bu öğünlerin ikiye düştüğü görülmektedir. Sabah kahvaltısında tarhana veya bulamaç gibi çorbaların yanı sıra peynir, zeytin, kaymak, reçel, yumurta, domates, patates kızartması gibi yiyecekler yenilmektedir. Öğle yemeğinde çoğunlukla bir gün önceden yapılarak kalan yemekler veya çorba, makarna gibi pratik yemekler yapılmakta, akşam yemekleri ise tüm aile bireylerinin bir araya geldiği öğün olarak kabul edilmektedir. Bu nedenle yemekler evde bulunan malzemenin durumuna göre oldukça fazla miktarda çeşitlenmektedir.

Bu öğünlerin dışında kuşluk vakti veya ikindi vakti yenilen yemeklere pek rastlanmazken, 'yat geber' adı verilen gece yatma zamanına yakın sofra kurma geleneği özellikle daha uzun olması nedeniyle kış gecelerinde sıklıkla uygulanmaktadır. Yatmadan önce ağırlığı kahvaltılık malzemelerden oluşan bir sofranın kurularak yemeklerin yenildiği görülmektedir.

Yemekler, yere serilen sofra altlıklarının üzerine yerleştirilen ayaklıklara konulan sinilerde veya kendi ayağı olan yer sofralarında yenmektedir.

Köylerde geniş aile oluşumunun hâlâ devam ettiği, evlerde anne, baba ve çocukların yanında nine, dede, amca gibi bireylerin de yaşadığı görülmektedir. Yemekler genellikle tüm aile fertlerinin toplu halde bulunduğu sofralarda ve bir kaptan yenmektedir. Ancak evde bir misafir bulunması durumunda sofralar ayrılmakta ve misafir evin reisi ile aynı sofrada yemek yerken kadınlar ve çocuklar ya aynı odada ya da farklı bir odada kurulan ayrı sofralarda yemeklerine devam etmektedirler.

Türk kültüründe, sofraya oturulmadan önce ellerin yıkanması, yemeğe başlamadan önce besmele çekilmesi, yemeğe ilk olarak sofrada en büyük kim ise onun başlaması, yemek bitiminde ise eğer bilen bir kişi varsa sofra duası okuması yoksa besmele çekilerek sofradan kalkılması geleneği Isparta yemek adabında da uygulanan bir gelenektir.

Sofra düzeni evden eve farklılık göstermektedir. Bazı evlerde yemeklerin tamamı (özellikle misafir olduğu zaman) aynı anda sofraya getirilmekte sofradaki kişi istediği yemekten alabilmektedir. Bu durum genellikle misafirin önüne gelen ve beğenmediği bir yemeği zorla yemesini önlemek amacıyla uygulanan bir yöntemdir. Sofrada tüm yiyecekler bulunursa misafir istediği yemekten tadacak ve aç kalmayacaktır. Bazı evlerde ise sadece salata ve turşu gibi yan yiyecekler öncelikle getirilmekte çorba, ana yemek, pilav ve tatlı sırasıyla büyük kaplarla sofraya gelmektedir.

Sofranın yere serilmesinden yerden kaldırılmasına kadar gözlemlenen pek çok geleneksel uygulama da göze çarpmaktadır. Örneğin, sofra kurulduktan sonra ilk oturacak kişi eğer evde misafir varsa odur. Misafir yok ise evde bulunan yaşça en büyük kişidir. Aynı uygulama sofradan kalkarken de yaşanmaktadır. Misafir veya evin yaşça en büyüğü sofradan kalkmadan kimse sofrayı terk etmemektedir.

Köylerde evin reisi sofrada su veya farklı bir şey istediği zaman eşi, gelini veya kız çocukları, istenileni verdikten sonra sofraya oturmamakta ve ellerini göğüs hizasına getirerek sağ el sol elin üstünde olacak şekilde ellerini bağlamakta ve verilen nesne geri alınıncaya kadar ayakta beklemektedir.

2.7. Özel Gün Yemek ve Yiyecekleri

Hayatın geçiş dönemleri olan doğum, sünnet, evlilik, askerlik, hac ve ölüm gibi önemli olaylarda belirli yemek ve yiyecekler yenilir.

2.7.1. Doğum

Yörede loğusa kadın kırk gün su içmez. Erik, kızılcık, elma ve armut kurusundan hoşaf yaparak içer. Sütü az olan loğusaya pekmez, helva,

soğan, kuru üzüm gibi yiyecekler yedirilir ve hoşaf ile süt içirilir. Loğusa ziyaretlerinde kadının bütün organları yorulmuş kabul edildiği için çorbalar, pelte, sütlaç, höşmerim, şekerleme, süt ve bisküvi gibi yiyecekler götürülür. Gelen ziyaretçilere "loğusa şerbeti" denilen sıcak, tarçınlı ve kırmızı şekerli şerbet kurabiyelerle ikram edilir. Bu kırmızı renkli şerbet ile al basması hastalığının önleneceğine inanılır.

Yeni doğmuş bebeğin ağzına şerbet veya bal sürülürse dilinin tatlı, yün sürülürse koyun gibi uysal, Kur'an tozu sürülürse âlim olacağına inanılır. Kırkı karışır inancıyla iki kırklı kadın bir arada bulunmaz. Birbirlerini görürlerse, kadınlar birbirleriyle ekmek değişirler. Bunu bebeklerin kırkı karışmasın, zayıf olmasın diye yaparlar. Bu iş yapılmazsa bebeklerin zayıf kalacağına, öleceğine inanılır.

Yörede, yeni doğan bütün bebeklerin ilk dişleri görüldüğü zaman yapılan törenlere "Diş Bulguru", "Dirgit", "Diş Hediği", denilir. Bebek bir kaç diş çıkardıktan sonra ailesi "Diş Dirgiti" diyerek akrabalarını ve komşularını davet eder. Bebeğin annesi buğday, nohut, fasulye gibi yiyecekleri karışık olarak kaynatır. Dirgitle birlikte ayrıca ceviz, fındık, fıstık, badem, ay çekirdeği, leblebi gibi yemişlerle elma, armut vb. mevsimlik meyveler hazırlanır. Bununla beraber bıçak, makas, maşa, iğne, iplik, kalem, defter, ayna vb. eşyalar da hazırlanır. Dirgit ve yemişler yendikten sonra; bebeğin üzerine kimi zaman bir çevre (başörtüsü, yazma) konularak, önüne eşyalar bırakılır. Bebek bunlardan hangisini alırsa ona göre istikbali hakkında bir hüküm verilir. Çocuk aynayı almış ise berber, maşayı almış ise demirci, kalemi almış ise öğretmen, iğne veya makası almış ise terzi olacağına yorumlanır.

2.7.2. Sünnet

Isparta'da sünnet düğününden bir kaç gün önce, akrabalar veya komşular toplanarak yufka yaparlar. Bunun yapıldığı yerler daha çok köy yerleridir. İlçe merkezlerinde ise "Ev Ekmeği" denilen ekmekler fırından alınır. Düğün yemekleri, düğüne bir gün öncesinin akşamından tutulan aşçı ile hazırlanarak pişirilir. Düğün öncesi, hazırlık gününde yardıma gelen kişi ve akrabalara öğün yemekleri hazırlanır ve yedirilir.

Düğün günü, önce sabah erkenden mevlid okunur. Öğleye kadar gelen misafirlere topluca, önceden hazırlanan yayla veya pirinç çorbası, kuru fasulye, kabune (etli pirinç pilavı) veya kavurma (kapama), söğüş ve irmik helvası veya pelte düğün yemeği olarak verilir.

2.7.3. Evlenme

Isparta'da evlilik öncesi kız isteme/ dünürlük denilen gelenekte, erkek evi kız evine bir kutu çikolata veya baklava ile gitmektedir. Kızın verilmesi durumunda ikinci aşama olan söz kesme/ mendil almada ise; Kız evine gelinirken kıza elbiselik, terlik, iç çamaşırı, çay, kahve, pasta, kurabiye getirilir. Kız evi, oğlan evinin getirdiği kahveyi pişirerek misafirlere sunar. Ardından çay, pasta, kurabiye gibi ikramlar verilir ve yüzükler takılır. Nişan için gün belirlenir.

Nişanda oğlan evi nişan günü kız evinde kullanılacak ve ikram edilecek kuru pasta, kuru yemiş, çay, bisküvi, şerbet gibi ihtiyaçları temin eder. Bütün bir nişan devresinde geçecek olan dini bayramlarda nişanlı aileler birbirlerine hediyeler gönderirler. Genellikle oğlan evi bu konuda daha önde durumdadır. Hediyelerin mahiyetleri ailelerin varlıklarıyla ilgilidir. Ramazan Bayramı'nda hamurdan tatlılar, Kurban Bayramı'nda koç gibi hediyelerin yanı sıra kıza elbiseler vb. şeyler alınır. Buna yörede "Sini Gönderme" denilmektedir.

Son aşama olan düğün için ise, köylerde "Un Odunu" ya da "Düğün Odunu" adı altında odun toplamaya gidilir. Düğünden iki-üç gün önce toplanan bu odunlarla yufka yapılır. Gelen misafirler değişik evlerde köylüler ve düğün sahibinin yakınlarınca misafir edilirler.

Düğün yemeği için hayvanlar kesilebildiği gibi kasaptan da et alınır. Yemeği pişirmek için bir aşçı tutulur. Aşçı, yemek pişireceği kapkacakları ve bulaşıkçı kadınları beraberinde getirir. Yemek, açık meydanda "Sofra" denilen masalarda yenileceği için onar kişilik olan yuvarlak masa ve sandalyeler kiralanarak oğlan evine getirilir. Ayrıca yemek yenilecek yer için havanın güneşli veya yağmurlu olmasına karşı iskeleler ile brandalar gerilerek, üstü örtülü yerler hazırlanır. Düğün yemeği hazırlanmasında yardımcı olan akraba ve komşulara yemek yedirilir. Düğün yemeği çorba, etli kuru fasulye ya da nohut, kabune pilavı ve irmik helvasından oluşmaktadır.

Helva bir gün öncesinden yapılır. Bunun için damadın arkadaşları gelir. Burada herkes sırayla kazanda kavrulan irmik helvasını karıştırır. Karıştırırken çeşitli ağız şakaları yapılır. "Hadi Damat hızlı karıştır, bak helvayı yakıyorsun", "Helvanın yağı/tuzu/şekeri az olmuş!" gibi sözler söylenerek gülünür. Helvanın şerbeti döküldükten sonra dinlenmeye bırakılır. Damadın arkadaşları, pişen helvadan sıcak sıcak yiyebilmek için geç saatlere kadar beklerler.

Tepsiye korlar tuzu
Üstüne korlar bezi
Anasının kıymetli kızı
Ney ney aman yazık
Kestane gömdüm ocağa
Patladı çıktı bucağa
Yarın akşam yâr kucağa
A beyim kınan tatlı olsun
Yârinin dili tatlı olsun
Ziniye koyarlar balı
Üstüne örterler alı
Kız annenin bir tek gülü
O da gelin oluyor

2.7.4. Askerlik

Isparta'da askere gidecek olan genç için, gitmeden iki hafta kadar önce arkadaşlar arasında düzenlenen eğlenceler başlar. Akrabalar ve komşular tarafından askere gidecek gençler evlere davet edilerek ağırlanır. Tavuk, horoz, kuzu gibi hayvanlar kesilerek ikram edilir. Ayrıca askere gidecek gencin ailesine yakınları tarafından "asker uğurlama" ziyaretleri düzenlenir. Ziyarete gelenler "baklava, pasta, tavuk, giyecek eşyası ve harçlık" gibi hediyeler getirirler. Bazı akşamlar da gençler kendi aralarında toplanarak yemek yerler ve eğlenirler.

2.7.5. Hac

Hac ibadetini yapan kişiler, döndükten yaklaşık on veya yirmi gün sonra maddi durumlarına göre "Hacı Yemeği" verirler. Bu yemekler kıymalı ve peynirli pide ile ayran olabildiği gibi, tutulan aşçılarla düğün yemeği denilen çorba, etli kuru fasulye veya nohut, kabune pilavı ve irmik helvası şeklinde de olabilmektedir. Gelen misafirlere ayrıca zemzem suyu ve hurma da ikram edilmektedir.

2.7.6. Ölüm

Yörede, ölen kişinin yakınları tarafından cenaze evinde, ölü defnetmeye gidenlere verilmek üzere "Iscak" denilen börek, çörek veya katmer yapılır. Bir hafta ile onbeş gün arasında cenaze evine komşular yemek götürürler. Cenaze evine götürülen yemekler yörelere göre değişiklikler arz etmektedir. Senirkent'te sabahları tahinli, haşhaşlı, peynirli ve kıymalı pide yaptırılarak cenaze evine gönderilir. Ölünün yedinci günü "pişi" yapılarak komşulara dağıtılır. kırkıncı ve elliikinci günlerinde evde

ya da camide mevlit okutulur. Evde okutulan mevlitte yemek verilir. Camide okutulursa gelenlere gülsuyu, şeker ve lokum ikram edilir.

2.7.7. Dinî Günler ve Bayramlar

2.7.7.1. Kandiller: Kandil gecelerinde evlerde "pişi" yapılarak hayır için komşulara dağıtılır. Şehir merkezlerinde kandil simidi satılır. Üç aylar boyunca ve kandil günlerinde "Arasta" denilen yerlerdeki esnaflar bir araya gelerek, ortaklaşa irmik helvası yaptırır ve hayır için dağıtırlar.

2.7.7.2. Ramazan Ayı: Ramazan ayı boyunca il merkezinde ikindi vaktinden sonra sokak başlarında tereyağlı irmik helvası satılır. Evlerde hamurlu yemekler, börekler yapılarak sahurda yenir.

Varlık sahibi olanlar, fakirlere ve yurtlarda kalan öğrencilere iftar yemeği verirler. Hayır olarak verilen bu yemeklerde çorbalar, etli fasulye ve nohut yemekleri, pilav ve irmik helvası verilebildiği gibi kıymalı ve peynirli pide, "söğüş" denilen domates, biber ve salatalıkla veya ayranla ikram edilir.

Ayrıca akraba, dost ve komşunun birbirini iftara davet etmesi geleneği, günümüzde de devam etmektedir. İftar davetlerinde kurulan sofralarda ilk önce uzun süre boş kalan midenin alıştırılması amacıyla orucu açmaya yönelik hafif yiyecekler (hurma, zeytin, tuz, reçel, v.b.) bolca sofrada yer alır, bu iftarlıklar ile oruç açıldıktan sonra sofraya yöreye özgü çorbalar gelir. Bunların başlıcaları pirinç çorbası, tutmaş, oğmaş, sakala sarkandır. Çorbalardan sonra ana yemeklere geçilir ana yemekler genelde sebze ve et yemekleri olarak ikiye ayrılır. Isparta'da Ramazan sofralarında oldukça sıklıkta şalgam aşı, oturtma, yatırtma, uzun kabak gibi sebze yemekleri ile tandır kebabı, yoğurtlu et, banak, çömlek kebabı, tas kebabı, kapama\bütün et, tirit gibi et yemeklerini görürüz. Bu yemeklerin devamında da sofraya gelen yöreye özgü "Kabune Pilavı" ve hoşaflar Ramazan sofralarının vazgeçilmezleridir. Ayrıca kuyruğu sulu, sac böreği, pişi, katmer, ince börek gibi çeşitli hamur işleri sofrada devamlı bulunur. Bütün bu yemeklerden sonra son olarak sofraya tatlılar getirilir. Yörede birçok tatlı çeşidi vardır ancak sıklıkla yapılanlar samsa, tosmankara, peynir baklavası, irmik helvası, güllaç ve sarı burmadır.

Isparta' da güzel adetlerden biri de özellikle bayrama sayılı günler kala "Allah kokulu günde kokusuz bırakmasın" temennisi ile nokul yapma geleneğidir. Nokul yapan kişi hem Ramazan ayının hayrı için hem de ölmüş akrabalarına hayır duaları almak için bu çörekleri çevresine ve evine ziyarete gelenlere dağıtır.

2.7.7.3. Arife Günleri ve Bayramlar: Yörede, arife günü evlerde "Pişi" veya "Iscak" denilen hamurlu yiyecekler yapılarak komşulara dağıtılır. Arife günü dağıtılan bu hayırların aileden ölmüş olanların ruhlarına varacağına inanılır. Arife günü veya bir kaç gün önce sarı burma, baklava ve tel kadayıf hazırlanarak fırında pişirilir. Köylerde arife günü yufka ekmeği yapılarak eşe dosta dağıtılır. Bazı varlıklı aileler yufka ekmeğinin içine etli pilav, irmik veya tahin helvası koyarlar. Buna "Hayır ettim" anlamına gelen "Iscak ettim" denilir. Kurban Bayramında ise, eve gelen misafirlere pişirilen kurban etinden mutlaka ikram edilmeye çalışılır. Ziyaretlerde yemeğin yanı sıra hazırlanan hamur tatlıları da verilir.

2.7.7.4. Muharrem Ayı: Muharrem ayında Sünnî inancına bağlı topluluklar arasında sadece aşure tatlısı pişirilip, komşulara dağıtılırken, Alevî inancına bağlı topluluklar, on iki gün muharrem orucu tutarlar. Muharrem ayı boyunca başta su olmak üzere çay vb. içecekler içilmez ve hayvan ürünlerinin hiçbirisi yenilmez.

2.7.7.5. Nevruz: Nevruz kutlamaları yörede genellikle Alevî inancına bağlı topluluklar tarafından, 21 Mart günü yapılmaktadır. Dedenin evinde talipler bir araya gelerek Cem yaparlar. Cemin sonunda yayla çorbası, pilav, etli nohut ya da kuru fasulye ile irmik helvasından oluşan yemekler topluca yenilir.

2.7.7.6. Hıdırellez: Hıdırellez yörede 6 Mayıs günü mesirelik yerlerde piknikler yapılarak kutlanmaktadır. 5 Mayıs gecesi çeşitli dilekler tutulur. Hızır'ın evlere gelerek yiyecekleri bereketlendireceği inancı ile bu gece yiyeceklerin ağzı açık bırakılır. Hıdırellez günü ailelerin ekonomik durumlarına göre değişen yemekler hazırlanır. Yöreye has olarak bulamaç, pirinç ve bulgur çorbaları, kuru fasulye, nohut, mercimek, ıspanak boranisi, yaprak sarması, balık, börek vb. yemekler yapılır. Pikniklerde bir gün önce hazırlanan börekler, çörekler, katmerler, kekler, patates piyazı, yaprak sarması gibi yiyecekler yenilir. Ayrıca mangallarda etler pişirilir.

2.7.7.7. Yağmur Duâsı: Yağmur duası için kadınlar evlerden toplanan bulgur, yağ, soğan ve nohut ile kazanlarda, ateş üzerinde "*Mahya*" adı verilen yemeği pişirmeye hazırlanırlar. Yağmur duasından sonra ortaklaşa alınan bir keçi kurban edilir. Kurban eti yemeklerde kullanılır. Pişen yemekler yendikten sonra evlere dönülür.

Eskiden Isparta'da, Tekke Mahallesi'nde "Hızır Abdal" türbesinin karşısında kabri bulunan "Leblebici Baba"ya hayatında halk müracaat etmiş. Leblebici Baba "Allah hepimizin halini bilir, önce malûm olan bir şeyi fer-

yatla tekrar istemek doğru değildir. Bakkalın birisi bir tepsi üzerine biraz tereyağı koysun. Ne kadar çocuk varsa başına toplansın, tepsiyi "Yağ, yağ" diye haykırarak çarşıyı, mahalleleri dolaştırsın. Çocuklar da yağ, yağ diye durmadan bağırsınlar. Rabbimiz beha Tanrısı değil, bahane Tanrısıdır. Elbette muhtaç olduğumuz yağmuru ihsan eder" demiş. Bunu böylece yapmışlar, hemen yağmur yağmaya başlamış.

Bunu bilenler, yağmur duasına çıkmadan önce bu olayı hatırlatan bazı şeyler yaparlar:

Bir grup çocuk, ellerine uçlarına bez bağlanmış iki tane çubuk alarak, mahalledeki evleri dolaşmaya başlar. Evlerden yağ, bulgur, pekmez, para, soğan, un, irmik, şeker toplarlar. En son evde evin hanımına bunları pişirterek topluca yerler. Bundan sonra yağmurun yağmasını beklerler. Çocuklar evleri dolaşırken;

"Yağ yağ yağmur
Teknede hamur
Bahçede çamur
Ver Allah'ım ver
Gani gani yağmur"

sözlerini ezgili olarak söylerler.

2.8. Yiyeceklerle İlgili Halk İnanışları

- Perşembe günü okuldan çıkan öğrencilere elma, patlamış mısır, bisküvi, şeker, pişi, katmer, nokul gibi yiyecekler dağıtanların işleri iyi gider.

- Ekmek pişirirken teknede hamur bitince, bereketin kesilmemesi için hemen tekneye ekmek koymak gerekir.

- Ocaktaki sac ayağı ters çevrilmez, aksi taktirde evden ölü çıkar.

- Bir elmanın kabuğu hiç parçalamadan bıçakla soyulup, yatılan yastığın altına koyulursa gece uyurken sevdiğinin kim olduğu görülür.

- Narın içindeki taneleri hiç dökmeden yiyen kişinin dileği kabul olur.

- Evde bulunan testi kaza ile aniden devrilirse eve bir misafirin geleceğine inanılır.

- Çay bardağının içinde çaya ait küçük çöp çıkarsa misafir gelir. Çöpe bakıldığında eğer çöp uzun ise misafirin uzun boylu, kısa ise misafirin kısa boylu olacağına inanılır. Çöp iki ucundan bastırıldığında çöp eğilir ve kırılırsa misafirin kadın, eğilmezse erkek olduğuna inanılır.

Yöresel Yemekler

Çorbalar

Geleneksel Türk Mutfağında, sofraların açılış yemeği olan çorbalar önemli bir yere sahiptir. Isparta mutfak kültürünün de vazgeçilmezlerinden olan çorbalar, un, bulgur, mercimek gibi bitkisel ürünlerin yanı sıra süt, yoğurt, kaymak yağı gibi hayvansal ürünlerin karışımlarıyla da yapılır. Pişirildikten sonra üzerlerine genellikle kızdırılmış tereyağı veya kaymak yağı dökülür. Üzerine nane ya da kırmızıbiber konularak servis yapılır. Çorbaların türüne göre içerisine sarımsak, soğan, salça ve limon konulur. Isparta'da sıklıkla yapılan çorbalar; bulgur, pirinç, tarhana, keklik, mercimek, meyane, oğmaç, kelle paça, sakala sarkan, top tarhana, topalak, tutmaç ve doğga çorbalarıdır. Halkın tercihi olarak bu çorbalar sıcak tüketilir.

BUĞDAY DİŞ (TOP) TARHANA ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 5 Top Tarhana (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 256)
- 1 Su Bardağı Haşlanmış Nohut veya Haşlanmış Börülce (Karnıkara)
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Top tarhana geceden ılık suyla ıslatılır. Ertesi gün, tencereye konularak üzerine su eklenir. İsteğe göre haşlanmış nohut ya da börülce ilave edildikten sonra, ara ara karıştırılarak yaklaşık 20-25 dakika kaynatılır. 1 çorba kaşığı salça, kızdırılmış tereyağında kavrularak çorbanın üzerine dökülür. Sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ

Çorba pişerken arzu edilirse içerisine kurutulmuş top biber ve sarımsak da konulabilir.

BULAMAÇ ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik - Pişirme Süresi: 30 dk

- Yarım Su Bardağı Bulgur
- Yarım Su Bardağı Un
- Yarım kg Yöresel Pastırma (Yağlı Kuzu Etinden Hazırlanıp, Kurutulmuş) (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 252)
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Acı Kırmızı Pul Biber
- Tuz
- 6 Su Bardağı Su veya Et Suyu

YAPILIŞI

Un, 1 çorba kaşığı tereyağında hafif kavrulur, üzerine soğuk su veya soğuk et suyu ilave edilir. Topaklanmaması için devamlı karıştırılır. Tuz ve haşlanmış bulgur ilave edilerek kaynatılır. Diğer taraftan, bir tavaya kalan tereyağı konulur, üzerine küçük parçalar halinde doğranmış pastırma ilave edilerek kavrulur. Kavrulan pastırmalar, bulamacın üzerine dökülür, pul biber eklenir. İsteğe göre üzerine kızartılmış kaymak yağı gezdirilerek sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Kış günlerinde sabahları yapılıp yenilen bir çorbadır. Bazı yörelerde pastırma yerine kavurma kullanıldığı da görülmektedir.

BULGUR ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 25-30 dk

- 1 Çay Bardağı Bulgur
- 1 Küçük Kâse Doğranmış Pastırma (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 252)
- 1 Çay Bardağı Haşlanmış Nohut
- 3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Kırmızı Pul Biber
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Bir tencere içerisinde yağ ve pastırmalar kızartılır. Yeterli miktarda sıcak su eklenerek pastırmalar yumuşayıncaya kadar kaynatılır. Pişmesine yakın içerisine tuz, bulgur, nohut ilave edilerek kaynatılmaya devam edilir. Çorba piştikten sonra kâselere konulur, isteğe göre üzerine kırmızı pul biber ekilerek sıcak servis yapılır.

DOĞGA (TOYGA) ÇORBASI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 25-30 dk

- 1 Su Bardağı Bulgur
- 3 Çorba Kaşığı Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Un
- 1 Yumurta Sarısı
- Kızartılmış Kaymak Yağı veya Tereyağı
- 1 Çay Kaşığı Nane
- 1 Çay Kaşığı Karabiber
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Bulgur ayıklanıp yıkandıktan sonra tencerenin içerisine alınarak, 5 su bardağı et suyu ya da suda haşlanır. Bir tarafta yoğurt, un ve yumurta sarısı çırpılarak kısık ateşte 15-20 dakika çırparak kaynatılır. Pişmesine yakın içerisine tuz eklenir. Bulgur piştikten sonra çorba demlenmeye bırakılır. Kâselere boşaltılan çorbanın üzerine isteğe göre kızartılmış kaymak yağı veya tereyağı, karabiber ve nane ile süslenerek sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ :

Bu çorbanın bazı yörelerde, bulgur yerine pirinç kullanılarak pişirildiği de görülmektedir. İsteğe bağlı olarak içerisine haşlanmış nohut eklenebilir.

GÖCE TARHANASI ÇORBASI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 25-30 dk

- 3-4 Parça Top Tarhana (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 256)
- 2 Çorba Kaşığı Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Top tarhana geceden ılık suyla ıslatılır. Ertesi gün, tencereye konularak üzerine su eklenir. Ayrı bir kapta yoğurt, ayran kıvamına getirilip tencereye ilave edilir. Kaynayıncaya kadar karıştırılır. Yaklaşık 5-10 dakika kadar pişirildikten sonra tuzu katılıp, üzerine kızartılmış kaymak yağının bir kısmı dökülerek dinlenmeye bırakılır. Kalan kaymak yağı ile süslenerek sıcak servis yapılır. Üzerine isteğe göre kavrulmuş nane de konulabilir.

KEKLİK ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Kâse Haşlanıp Didilmiş Keklik Eti
- 1 Çay Bardağı Tel Şehriye
- 1 Çorba Kaşığı Un
- 1 Çorba Kaşığı Biber Salçası
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz
- 5 Su Bardağı Haşlanan Etin Suyu

YAPILIŞI

Keklik eti bir tencere içerisinde haşlanıp, didilerek parçalara ayrılır. Suyu süzülerek bekletilir. Un, 1 çorba kaşığı sıvı yağda kavrulduktan sonra, süzülen et suyu ve şehriye üzerine ilave edilir. Şehriyeler pişerken didilmiş keklik eti ve tuz eklenir. Üzerine kızdırılmış salçalı yağ dökülerek sıcak servis yapılır.

KIRMIZI MERCİMEK ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 25 dk

- 1,5 Su Bardağı Kırmızı Mercimek
- 1 Adet Orta Boy Patates
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Karabiber
- Tuz
- 8 Su Bardağı Su veya Et Suyu

YAPILIŞI

Mercimek ayıklanıp suyu berraklaşana kadar yıkanır. Bir tencere içerisinde, doğranmış soğan ile yağ hafifçe kavrulur. Su, mercimek, rendelenmiş patates ve tuz ilave edilir. Mercimekler yumuşayıncaya kadar kaynatılır. Malzemelerin birbiriyle karışması için kaşıkla iyice çırpılır. Arzu edilirse kaynarken içine birkaç diş sarımsak ve servis yapılırken limon ilave edilir.

LOĞUSA ÇORBASI

MALZEMELER 4-6 Kişilik - Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Su Bardağı Pirinç
- 2-3 Çorba Kaşığı Kaymak Yağı
- Tuz
- 3 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Pirinç ayıklanıp, suyu berraklaşıncaya kadar yıkanarak, bir tencereye konulur. 3 su bardağı su ve az miktarda tuz ilave edilerek pirinçler iyice pişirilir. Bir tavada kaymak yağı kızartılarak çorbanın üzerine ilave edilir. Sıcak bir şekilde servis yapılır.

EK BİLGİ:

Bu çorba loğusa bayanlara, sindirimi kolay olduğu için hazırlanmaktadır. Fazla miktarda tuz loğusa kadına zararlı olduğundan, çorbaya çok az miktarda katılır.

MEYANE ÇORBASI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Su Bardağı Un
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Yağ ve un, bir tencere içerisinde hafif pembeleşinceye kadar kavrulur. Topak hale gelmemesi için üzerine yavaş yavaş soğuk su ilave edilip, ayran kıvamına getirilerek kaynayıncaya kadar karıştırılır. Tuz eklenip, çorbada un kokusu gidene kadar pişirilir. Dinlendirildikten sonra isteğe göre üzerine kırmızı pul biber ekilerek sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Bazı yörelerde meyane çorbasının içine un ile birlikte soğan da katılarak kavrulur. Pişmesine yakın ufalanmış tulum peyniri ilave edilir.

OVMAÇ (OĞMAÇ) ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Su Bardağı Un
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Geniş bir tabağa un konulur. Avuç içerisine az miktarda su alınır ve unun üzerine serpilir. Parmak uçlarıyla, un elde tane tane oluncaya kadar karıştırılır. Minik minik tanecikler oluşturulur. Diğer taraftan, salça yağda kavrulur, üzerine 5 su bardağı su konulur ve kaynatılır. Kaynayan suyun içine ovalanan un tanecikleri bırakılır. 15-20 dakika pişinceye kadar karıştırılır. Tuz ilave edilir. Üzerine sos olarak kızdırılmış kaymak yağı ya da tereyağı ilave edilir. Sıcak olarak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Bu çorba bazı yörelerde şu şekilde de yapılmaktadır:

Un, bir fiske tuz ve 1 yumurta karıştırılarak katı bir hamur yoğurulur. Hamur elde ovularak küçük parçalar haline getirilir. Kaynayan suyun içine bırakılır.

PATATES ÇORBASI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 4 Adet Patates
- 1 Kâse Ezilmiş Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
- Karabiber
- Kırmızı Pul Biber
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Patatesler soyularak küp küp doğranır. Tencerede haşlanarak tuzu eklenir ve ocağın altı kapatılır. Ilıyınca ezilmiş yoğurt ve kızartılmış kaymak yağı eklenerek karıştırılır. Üzerine isteğe göre karabiber ve kırmızı pul biber eklenerek ılık servis yapılır.

SAKALA SARKAN ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 Çay Bardağı Yeşil Mercimek
- 1 Çay Bardağı Kavrulmuş Ev Eriştesi
- 2 Çorba Kaşığı Domates Salçası
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Bir tencere içerisine 5 su bardağı su konulur, ayıklanarak yıkanan yeşil mercimek bu suda iyice haşlanır. Diğer tarafta tavaya 2 çorba kaşığı tereyağı alınarak domates salçası kavrulur. Haşlanan mercimeğin içerisine yağda kavrulmuş domates salçası, ev eriştesi ve tuz eklenerek kaynatılır. Pişmesine yakın, üzerine kızartılmış kaymak yağı dökülür. Bir taşım kaynatılarak, ateşten alınan çorba dinlendirildikten sonra sıcak servis yapılır.

SÜTLÜ ÇORBA

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 25 dk

- Yarım Litre Süt
- 1 Su Bardağı Göce Unu
- 1 Küçük Kase Haşlanmış Nohut
- Karabiber
- Tuz
- 2 Su Bardağı Soğuk Su

YAPILIŞI

Süt kaynatılarak içerisine göce unu ilave edilir. Ağır ağır karıştırılarak pişirilir. Küçük bir kase haşlanıp ezilmiş nohut eklenerek bir taşım daha kaynatılır. Süt, göce ve nohut birbiriyle özleşince ocaktan alınır. Üzerine kırmızı toz biber ilave edilerek sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Bu çorba Yenişarbademli yöresinde düğünlerde ikram edilmektedir. Göce unu yerine dövme de kullanılabilir.

TAVUKLU DÜĞÜN ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-30 dk

- 1 Su Bardağı Pirinç
- 1 Adet Küçük Boy Tavuk
- 1 Küçük Kase Haşlanmış Nohut
- 1 Çorba Kaşığı Un
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 1 Adet Yumurta Sarısı
- 2 Adet Limon
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Tavuk tencerede bütün olarak haşlanır. Pişmesine yakın içerisine pirinç ilave edilir. Piştikten sonra tavuk tencereden alınarak ince uzun parçalara ayrılır. Diğer tarafta terbiyesi için un, 1 adet limon suyu ve yumurta sarısı sulandırılarak ayrı bir kapta çırpılır. Hazırlanan terbiye, kısık ateşe alınan pirinç tenceresinin içine karıştırılarak ilave edilir. En son ayıklanan tavuk parçaları eklendikten sonra, üzerine eritilmiş tereyağı ve ince doğranmış maydanoz ilave edilerek sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ :

Yöremizde düğünlerde, davetlerde, mevlit yemeklerinde hazırlanarak ilk yemek olarak ikram edilir. İstenilirse bu çorba tavuk yerine et ile de yapılabilir.

TOZ TARHANA ÇORBASI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Su Bardağı Toz Tarhana
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Kırmızıbiber
- Tuz
- 6 Su Bardağı Su ya da Et Suyu

YAPILIŞI

Toz tarhana 1 bardak soğuk suyla ıslatılıp eritilir. Diğer tarafta bir tencereye 5 bardak su ile tuz konulur. Orta ateşte kaynamaya bırakılır. Su kaynamaya başlayınca ezilip sulandırılmış tarhana, ağır ağır ve bir yandan da karıştırılarak tencereye dökülür. Karıştırmaya ara vermeden, yaklaşık 10 dakika pişirilir. Pişen çorba kâselere boşaltıldıktan sonra, kızdırılan tereyağına kırmızıbiber eklenerek çorbanın üzerine dökülür ve sıcak servis yapılır. Arzuya göre pişmesine yakın içine 2 diş ezilmiş sarımsak ya da nane konulabilir.

TUTMAÇ (TUTMAŞ) ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 2 Su Bardağı Un
- 2 Adet Yumurta
- 1 Kâse Ezilmiş Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
- Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Un, yumurta ve bir fiske tuz karıştırılarak kulak memesi yumuşaklığında yoğrulur. Oluşturulan hamurdan küçük bezeler alınarak yufka açılır. Açılan yufkaların aralarına un serpilerek üst üste konulur. Yufkaların hepsi önce ince uzun şeritler, sonra da minik kareler halinde kesilir ve kurutulur. Kurutulan tutmaçlar bir eleğe konularak unları elenir.

Tutmaçlar tencerede kaynamakta olan tuzlu suyun içine salınır. Piştikten sonra ocaktan alınıp ılıklaşınca önceden hazırlanmış yoğurtla yoğurtlanır. Üzerine kızartılmış kaymak yağı gezdirilerek servise sunulur.

Et Yemekleri

Türk mutfağında oldukça zengin çeşitleriyle önemli bir yere sahip olan et yemekleri, Isparta yöresinde de sofraların vazgeçilmezidir. Coğrafi ve iklim şartlarından dolayı Isparta yöresinde, dana ve keçi etinin oldukça sık tüketildiği görülmektedir. Bu yörede et yemekleri, sebze, yoğurt, pirinç ve bulgurla beraber yapılmakla birlikte ağırlığı et olan diğer türden yemeklerdir. Yöreye özgü başlıca yemekler; Banak, Keşkek, Tandır Kebabı, Tirit, Yoğurtlu Et ve Yahnidir.

BANAK

MALZEMELER 10 Kişilik – Pişirme Süresi: 60 dk (Düdüklü Tencere)

- 2 kg Kemikli But Eti (Dana, Keçi, Koyun vs. İsteğe Bağlı Yağlı-Yağsız)
- 1 Parça Dana Kaval Kemiği (Satırla Kırılmış) (Suyuna Lezzet Vermesi İçin)
- 10 Su Bardağı Su
- 1 Tutam Tuz ve Karabiber
- 3 Adet Pide

YAPILIŞI

Derin bir tencerede kaynamakta olan suya kanı ve sinirleri temizlenmiş but eti ve kırılmış kaval kemiği konulur. Kaynama sırasında suyun üzerine çıkan ve "kef" adı verilen istenmeyen kısım, kaşık veya kevgir yardımıyla toplanıp atılır. (İsteğe bağlı olarak, et suyuna tat vermek için doğranmış soğan da kullanılabilmektedir. Bunun için halka doğranmış soğanlar, karabiber ekilerek biraz bekletildikten sonra pişmesine yakın kaynamakta olan tencereye konulur. Biraz kaynadıktan sonra seçilerek atılır.) Etler elle ayrılabilecek kıvama geldiğinde tencereden çıkartılarak parçalara ayrılır. Diğer tarafta en az 12 saat bekletilen pide, lokmalık parçalara kesilerek yayvan bir tabağa tek kat olarak dizilir. Yeterli miktarda suyuyla birlikte etler pidenin üzerine dökülüp dağıtılır. Esasen etler kemiğiyle birlikte konulur ve elle yenir. Ancak son zamanlarda profesyonel aşçılar etleri kemiğinden ayırarak servis yapmaktadırlar. Tercihen üzerine karabiber serpilir. Pide bulunmadığı durumlarda (hane ölçeğinde) dilimlenip kızartılmış bayat ekmek veya kuru yufka da kullanılabilir.

BÜTÜN ET (KAPAMA)

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 3 saat

- 1,5 kg Kemikli Keçi Eti
- 3 Su Bardağı Bulgur
- 3 Su Bardağı Et Suyu
- 3 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Karabiber
- Tuz

YAPILIŞI

Et 3-4 parçaya ayrılır. 4-5 saat soğuk suda bekletilir. Suyu değiştirilerek haşlamaya alınır. Üzerine çıkan kefi kevgirle alınır. Yeterli miktarda tuz ilave edilir. Kapağı kapatılarak, kısık ateşte 2,5 saat pişirilir.
Diğer tarafta, tereyağı eritilir, bulgur eklenerek hafif kavrulur. Üzerine haşlanan etin suyu dökülerek bulgur pilavı pişirilir. 10-15 dakika dinlendirilen bulgur pilavı servis tabağına alınır, üzeri tamamen bütün et ile kaplanır, karabiber ekilip servis yapılır.

EKMEK AŞI

MALZEMELER

4 Kişilik – Pişirme Süresi: 15 dk

- Kızartılmış Ekmek Parçaları
- 250 gr Kıyma
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Adet Yumurta
- 4 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Fincan Sıcak Su
- Tuz

YAPILIŞI

Ekmekler küçük parçalar halinde doğranarak fırında kızartılır, servis tabağının içine dizilir. Bir tavada kıyma ve soğan kavrulduktan sonra üzerine yumurta kırılıp katı olarak pişirilir ve su ilave edilerek iki veya üç dakika kadar kaynatılıp tabağın içindeki ekmeklerin üzerine dökülerek kapağı kapatılır. Dinlendirildikten sonra servis yapılır.

ET HAŞLAMA

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 1,5 - 2 saat

- 1 kg Kemikli Keçi Eti
- Su
- Tuz

YAPILIŞI

Et, 4-5 saat soğuk suda bekletilerek kanlı suyu çıkartılır. Tencereye konulup üzerine yeterli miktarda su eklenir, kapağı kapatılarak kısık ateşte kaynatılır. Etler kemikten ayrılana kadar pişirildikten sonra tuzu ilave edilir ve sıcak servis yapılır. (Lezzet vermesi için tencereye 1 adet soğan ve 1 adet soyulmuş patates bütün halde konulabilir.)

EK BİLGİ:

Etin cinsine göre haşlanma süresi değişiklik gösterebilmektedir.

ET KAVURMA

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 40 dakika

- 1 kg Orta Yağlı Kuşbaşı Doğranmış Et
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Bir Miktar İç Yağı
- 1 Tatlı Kaşığı Tuz

YAPILIŞI

Kuşbaşı doğranmış etler tavaya konularak, sıvı yağ ve iç yağıyla orta ateşte kavrulur. Etin sert olmaması için tuz, etin suyu çekilince eklenir. Kavrulan etler salata eşliğinde sıcak olarak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Kurban bayramında gelen misafirlere domates, biber ve soğan söğüşle ikram edilir.

ETLİ KURU FASULYE

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 1 saat

- 2 Su Bardağı Kuru Fasulye
- 350 gr Kuşbaşı Et
- 1,5 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Adet Domates
- 1 Adet Kuru Soğan
- 3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 3-5 Adet Kurutulmuş Acı Biber
- Sıcak Su
- Karabiber
- Tuz

YAPILIŞI

Kuru fasulyeler bir gece önceden soğuk suda ıslatılır. Ertesi gün suyu süzülüp yıkanır. Küp küp doğranmış soğan tencere içerisinde sıvıyağ ile hafif kavrularak etler ilave edilir ve rengi değişene kadar soğanla beraber kavrulur. Salça, rendelenmiş domates ve fasulyeler ilave edilip birkaç defa çevrildikten sonra, 1 - 1,5 litre kadar sıcak su eklenir. Kurutulmuş acı biberler ve baharatlar eklenir, kısık ateşte fasulyeler iyice yumuşayıncaya kadar yaklaşık 50 dakika ila 1 saat arasında pişirilir.

EK BİLGİ:

Büyük kazanlarda yapılan etli kuru fasulye, yörede düğün, sünnet, hacı uğurlaması ve mevlit yemeği olarak ikram edilir.

GÜVEÇ

MALZEMELER 8-10 Kişilik – Pişirme Süresi: 4 saat

- 750 gr Kuzu Eti
- 3 Adet Büyük Boy Patates
- 4-5 Adet Sivri Biber
- 3-4 Adet Domates
- 8-10 Adet Arpacık Soğan
- 4-5 Diş Sarımsak
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çay Kaşığı Kimyon
- 1 Çay Kaşığı Karabiber
- 1 Çay Kaşığı Kırmızı Toz Biber
- 1 Çorba Kaşığı Tuz
- 2 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Bütün malzemeler kuşbaşı şeklinde doğranır. Etler altta, patates ve domatesler üstte olacak şekilde diğer tüm malzemeler güveç içerisine sıralanır. Üzerine su ilave edilerek kısık ateşte üç buçuk, dört saatte pişirilip dinlendirildikten sonra servis yapılır. Mevsimine göre patlıcan ve havuç da eklenebilir.

EK BİLGİ:

Düğün, sünnet, hacı daveti gibi özel günlerde yapılan bir yemektir.

ISPARTA ŞİŞ KÖFTE

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Pişirme Süresi 10 dk

- 3 kg Dana Eti
- 900 gr İç Yağ ve Kavram Yağı (Etin %30'u kadar)
- Yeteri Kadar Tuz

YAPILIŞI

Dananın but ve kaburga kısımlarından alınan etler, bir kez kıyma makinesinde çekilir. İçerisine iç yağı, kavram yağı ve tuz ilave edildikten sonra iyice yoğrulur. Tekrar kıyma makinesinde çekilir. İnce şişlere dizilerek ızgarada meşe ateşinde pişirilir. Tercihe göre üzerine sumak ekilerek, yanında pişmiş soğan ve domates ile birlikte servis yapılır.

EK BİLGİ :

Isparta Şiş Köfte'nin diğer yörelerde yapılan köftelerden farkı ince şişlere takılarak pişirilmesi ve baharatsız olmasıdır.

ISPARTA FIRIN KEBABI

MALZEMELER Pişirme Süresi: 3 - 3,5 saat

- Kuzu Eti
- İnce Pide Ekmeği

YAPILIŞI

Isparta Fırın Kebabı, nisan-mayıs aylarında süt kuzusu, haziran sonunda oğlak ve eylülden itibaren de erkeç etinden yapılmaktadır. Böbrek yağları ve kan damarları temizlenen kaburga etleri, şişe takılarak fırın içerisine dik olarak sıralanır. Önceden yakılıp ısıtılan fırında 3 - 3,5 saat aralığında çalı kökü odunuyla 2 saat alev, 1 saat korda pişirilir. Pişme esnasında fırın içinde bulunan bakır sahanlardaki su buharlaştırılır ve etler hem buhar, hem alev arasında % 50 fire verir. Tuz ya da baharat kullanılmadan pişirilmektedir. Fırından çıkan kızarmış kuzu eti yöreye özgü bakır tabaklarda ince pide ekmeği üzerinde servis yapılır.

EK BİLGİ :

Fırın Kebabında kullanılacak et, doğal ortamda yetiştirilen, doğal otlarla beslenen hayvanlardan tercih edilmektedir. Bu yemeğin kolesterolü yok denecek kadar azdır. Kızarmış yağı doymuş yağdır. Vücuttaki doymamış yağları erittiği bilinmektedir.

Fırın Kebabı'nın Isparta'ya özel bir tadı vardır. Merkezde bulunan lokantalarımızda da pişirilmektedir. Tadına bakılması gereken meşhur bir kebap türüdür.

PATATES TAVAETİSİ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 60 dakika

- Yarım kg Kuşbaşı Et (Tercihen Kuzu Eti)
- 3 Adet Büyük Boy Patates
- 2 Adet Sivri Biber
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Patatesler kuşbaşı büyüklüğünde doğranarak kararmaması için yemeğe katılıncaya kadar soğuk suda bekletilir. Bir tarafta et haşlanırken, diğer tarafta küçük bir tava içerisinde kıyılmış soğanlar yağda kavrulur. Üzerine salça eklenerek bir veya iki dakika kadar kavrulduktan sonra, başka bir tencerenin tabanına haşlanmış kuşbaşı etin yarısı konulur. Etin üzerine doğranmış patatesler ve biberler konularak, önceden kavrulup hazırlanan salçalı soğan eklenir. Üzerine kalan etler konulduktan sonra, haşlanmış olan etin suyundan yeterli miktarda dökülür ve tuzu katılarak pişirilir.

EK BİLGİ:

Et haşlama olarak eklenebildiği gibi, kavrulmuş etin üzerine de patates eklenerek pişirilebilmektedir.

Hanenin ekonomik durumuna göre etsiz olarak da pişirilebilir.

PİŞİ KÖFTE

MALZEMELER

6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 20 dk
Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 kg Kıyma
- 1 Su Bardağı Un
- 1 Çay Kaşığı Karabiber
- 1 Çay Kaşığı Toz Kekik
- Sıvı Yağ
- Tuz

YAPILIŞI

Kıyma, un, karabiber, tuz ve kekik geniş bir kap içerisinde yoğrularak özleştirilir. Küçük bezelere ayrılarak, her iki tarafı unlanır. Et tahtası üzerinde dövülerek yuvarlak pişi şeklinde açılır. Köfteler, kızgın yağda her iki tarafı da kızartılarak pişirilir ve sıcak olarak servis yapılır.

SOĞANLI ET (ZÜLBİYE)

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 60 dk

- 1 kg Arpacık Soğan
- 1 kg Haşlanmış Kuzu Eti veya Tavuk Eti
- 1 Çorba Kaşığı Domates Salçası
- 1 Tatlı Kaşığı Biber Salçası
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Karabiber
- Tuz
- Yeterli Miktarda Su

YAPILIŞI

Arpacık soğanlar, soyulduktan sonra, bütün halde tencerenin içine konulur ve üzerine bir parmak geçecek kadar su dökülerek kaynatılır. Ayrı bir kap içinde kuzu eti haşlanır. Haşlanmış soğanın suyu süzülmeden haşlanmış kuzu eti eklenerek karıştırılır. Bir kaşık tereyağında biber ve domates salçası kavrularak karışıma dökülür. 10 dakika kadar tencerede kaynadıktan sonra ocaktan alınarak dinlenmeye bırakılır. Dinlendirilen yemeğin üzerine karabiber ekilerek servis yapılır.

Soğan'ın Cücüğü:
Dağda iki çoban akşam ay ışığında, ovaya bakarak hayal kurarlar.
Biri sorar:
- "Zengin olsan ne yerdin?"
Öteki:
- "Soğanın cücüğünü… ya sen ne yerdin?"
- "Bana bir şey gomadın ki!"

TAS KEBABI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 3-4 saat

- 1 kg Kuşbaşı Et (Tercihen Kuzu Eti)
- 8-10 Adet Arpacık Soğan
- 3 Adet Orta Boy Patates
- 2 Adet Orta Boy Havuç
- 2-4 Adet Yeşil Biber
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz, Karabiber, Kimyon, Pul Biber, Kekik
- 4 Su Bardağı Su ya da Et Suyu

YAPILIŞI

Et, patates, havuç ve yeşil biber kuşbaşı şeklinde doğranarak, soyulmuş arpacık soğanlarla birlikte derin bir tasa doldurulur. Tas, tencerenin içerisine ters çevrilerek kapatılır ve üzerine bir ağırlık (dolma taşı vb.) konulur. Su ya da et suyu eklenerek tencerenin ağzı kapatılır. Kısık ateşte 3-4 saat pişirilir ve sıcak olarak servis yapılır.

EK BİLGİ :

Bu yemek Yalvaç'ın düğün yemeklerinde nohut ilave edilerek yapılmaktadır.

TİRİT

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 60 dk

- 8 Dilim Köy Ekmeği
- 1 kg Haşlanmış Et
- 1,5 Litre Su
- 4 Diş Sarımsak
- 1 Kahve Fincanı Sirke
- Tuz

YAPILIŞI

Köy ekmeği lokma büyüklüğünde doğranıp, tepsiye serilerek, fırına sürülür, kızarıncaya kadar pişirilir. Diğer tarafta 1,5 litre su içerisinde et haşlanır. Pişmesine yakın tuzu eklenir, ocaktan indirilir. İçerisine sirke ve dövülmüş sarımsaklı karışım ilave edilir. 10 dakika kadar dinlendirildikten sonra, ekmeğin üzerine dökülür. Sıcak servis yapılır.

TOPALAK (SULU KÖFTE)

MALZEMELER

8-10 Kişilik – Hazırlama Süresi: 30 dk
Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 kg Kıyma
- 1 Su Bardağı İnce Bulgur
- 2 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Yumurta
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz
- Karabiber
- Kimyon
- Su

YAPILIŞI

Kıyma, ince bulgur, kimyon, karabiber, 1 çorba kaşığı salça, ince kıyılmış maydanoz ve yumurta bir kapta özleşinceye kadar yoğrulur. Yoğrulan karışımdan misket büyüklüğünde küçük topalaklar yapılarak hazır hale getirilir. Diğer taraftan bir tencere içerisine 2 kaşık sıvı yağ konularak ince doğranan soğanlar ve bir kaşık salça kavrulur. Üzerine yeterli miktarda su eklenerek kaynatılır. Kaynayan salçalı suyun içerisine önceden hazırlanmış topalaklar eklenerek pişirilir. İsteğe bağlı olarak içerisine az miktarda haşlanmış nohut eklenir.
5-10 dakika kadar dinlendirildikten sonra sıcak olarak servis yapılır.

EK BİLGİ :

Sulu köfte, halk arasında "Topalak" ya da "Yuvalak" olarak ifade edilir.

YAHNİ

MALZEMELER 8-10 Kişilik – Pişirme Süresi: 60 dk

- 1 kg Kuşbaşı Et (Tercihen Dana Eti)
- 1 Adet Büyük Boy Kuru Soğan
- 3 Su Bardağı Haşlanmış Nohut
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Çorba Kaşığı Biber Salçası
- 1 Çay Kaşığı Karabiber, Kırmızı Toz Biber
- 1 Çay Kaşığı Tuz
- Su ya da Et Suyu

YAPILIŞI

Etler tencerede kefi (köpüğü) alınarak haşlanır. Kuşbaşı doğranmış soğanlar suda kısa süreli haşlanır. Ayrı bir tencerede yağda salça kavrulur. Üzerine et suyu ilave edilir ve baharatlar eklenir. Sos özleşinceye kadar kaynatılır. Diğer taraftan yayvan bir tencerenin tabanına haşlanan etten, soğandan ve nohuttan birer sıra halinde dizilir. Salçalı sos üzerine dökülerek ağzı kapatılıp kısık ateşte pişirilir.

EK BİLGİ :

Klasik olarak bilinen etli nohuttan farkı et oranının yüksek olması ve karıştırılmadan bastı tekniği ile pişirilmesidir. Yalvaç ilçesinde düğün yemeği olarak ikram edilir.

YOĞURTLU ET

MALZEMELER 8-10 Kişilik – Pişirme Süresi: 60 dk

- 1 kg Kemikli Kuşbaşı Doğranmış Kırmızı Et
- 2 Su Bardağı Haşlanmış Nohut
- 1 Su Bardağı Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Un
- 1 Adet Yumurta Sarısı
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Mevsimine Göre Yaş veya Kuru Nane
- 1 Çay Kaşığı Tuz
- 5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Nohut ve et ayrı ayrı haşlanır. Etin suyu süzülerek kısık ateşte ocağa konulur. Çukur bir kapta terbiyesi hazırlanır (yoğurt, yumurta sarısı, un ve 1 su bardağı su çırpılır). Terbiye, haşlanmış et ve nohut, kısık ateşte kaynayan et suyuna ilave edilir. Bir tavada eritilen tereyağı çok hafif nane ile kavrularak yemeğin üzerine ilave edilir.

Av Hayvanları İle Yapılan Yemekler

Bölgenin engebeli topografik yapısı ve zengin bir bitki örtüsüne sahip olması, yörede çeşitli yabani av hayvanlarının barınmasına imkân vermektedir. Özellikle Eğirdir, Aksu, Şarkikaraağaç, Yenişarbademli ve Sütçüler başta olmak üzere Isparta'nın hemen her dağ ve ormanında mevsimine göre bıldırcın, keklik, tavşan, ördek gibi av hayvanları bulunur ve yörenin yemek kültürünü de doğrudan etkileyerek zenginlik kazandırır.

BILDIRCIN ÇÖMLEK KEBABI

MALZEMELER 8-10 Kişilik – Pişirme Süresi: 2,5 saat

- 1 Adet 4 litrelik Testi
- 15 Adet Bıldırcın
- 8-10 Adet Arpacık Soğan
- 5-6 Adet Sivri Biber
- 4 Adet Domates
- 2 Su Bardağı Su
- Tuz
- 1 Çay Kaşığı Karabiber, Kimyon, Tatlı Kırmızı Toz Biber

YAPILIŞI

Bıldırcınların içi temizlenir, tüylerinden arındırılır. Kalan ince tüyleri ateşte ütülerek, yıkanıp kurulanır. Ortalarından ikiye kesilerek içi temizlenen bıldırcınlar, testinin ağzından geçecek şekilde parçalara ayrılır. Testinin içine sırasıyla bıldırcın, doğranmış biber, soğan ve domates konulduktan sonra baharatlar, tuz ve su eklenir. Testinin ağzı hamurla kapatılarak taş fırında pişirilir. Yemek piştikten sonra testinin ağız kısmı dikkatle kırılarak servis tabağına boşaltılıp sıcak olarak servis yapılır.

KEKLİK KIZARTMASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 50 dk

- 8 Adet Keklik
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Karabiber
- Tuz

YAPILIŞI

Keklikler temizlenir, tüylerinden arındırılır. Kalan ince tüyleri ateşte ütülerek, yıkanıp kurulanır. Ortalarından ikiye kesilip içi temizlenerek tekrar yıkanır. Temizlenmiş kekliklerin incikleri karınlarına sokularak tuz ve karabiber ile ovulur. Yağlanmış tepsiye dizilen keklikler orta ateşli fırında kendi suyu ile ıslatılıp kızartılır. Sıcak olarak tabaklarda pilav eşliğinde servis yapılır.

TAVŞAN BÖREĞİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 30 dk
Pişirme Süresi: 40 dk

- 1 Adet Tavşan Eti
- 5 Adet Kuru Soğan
- 1 Su Bardağı Sıvı Yağ
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 10 Adet Tane Karabiber
- 1 Çay Bardağı Sirke
- Toz Karabiber, Pul Biber, Tuz

Hamuru İçin;

- Yarım kg Un
- 2 Su Bardağı Süt
- 2 Adet Yumurta
- 1 Yemek Kaşığı Sirke
- Tuz
- Aldığı Kadar Su

YAPILIŞI

Yaklaşık 1 veya 1,5 kg ağırlığındaki tavşanın ayakları kesilerek derisi yüzülür. Yüzülmüş olan tavşanın karnı uzunlamasına yarılır ve sakatatları çıkartılarak bol suda yıkanır. Etin lezzetinin kaçmaması ve renginin bozulmaması için safra kesesi patlatılmadan çıkartılmalıdır.Temizlenen et parçalara ayrılarak geniş bir kap içerisine alınır. Sirkeli su içerisinde bir gün bekletilen tavşan etleri yıkanarak hazır hale getirilir.

Bir tencere içerisinde büyük parçalara ayrılmış tavşan etleri, 2 adet bütün halde soğan, 10 adet tane karabiber ve su ilave edilerek etler yumuşayana kadar haşlanır. Haşlanan tavşan etleri sudan çıkartılarak tel tel küçük parçalara ayrılır. 3 adet soğan ince şekilde doğranarak tereyağında kavrulur. Tavşan etleri ilave edilerek kavrulmaya devam edilir. Tuz ve baharatlar eklenerek ocaktan alınır ve soğumaya bırakılır.

Hamur için tüm malzemeler karıştırılarak kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yoğrulur ve 30 dakika dinlendirilir. 8 bezeye ayrılan hamurdan yufkalar açılır. Her yufkanın arasına sıvı yağ sürülerek yufkalar tepsiye dizilir. 4 yufka dizildikten sonra iç malzemesi döşenir. Kalan 4 yufka da aynı şekilde tepsiye dizilir. En üste de sıvı yağ sürüldükten sonra tepsi fırına sürülür. Böreğin üzeri kızarınca fırından alınarak sıcak servis yapılır.

TAVŞAN YAHNİSİ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 1 – 1,5 saat

- 1 Adet Tavşan Eti
- 1 Su Bardağı Haşlanmış Nohut
- 4 Adet Orta Boy Kuru Soğan
- 3 Çay Bardağı Sirke
- 1 Adet Limon Suyu
- 4-5 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- Tuz
- 2 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Yaklaşık 1 veya 1,5 kg ağırlığındaki tavşanın ayakları kesilerek derisi yüzülür. Yüzülmüş olan tavşanın karnı uzunlamasına yarılır ve sakatatları çıkartılarak bol suda yıkanır. Etin lezzetinin kaçmaması ve renginin bozulmaması için safra kesesi patlatılmadan çıkartılmalıdır. Temizlenen et parçalara ayrılarak geniş bir kap içerisine alınır. Sirkeli su içerisinde bir gün bekletilen tavşan etleri yıkanarak hazır hale getirilir.

Sirkeli suda bekletilen tavşan etleri yıkanıp hazır hale getirilir. Geniş bir tencere içerisinde kuşbaşı şekilde doğranmış soğanlar yağda biraz kavrulduktan sonra salça ilave edilerek kavrulmaya devam edilir. Kuşbaşı şeklinde doğranmış tavşan etleri eklenir. Üzerine su, tuz ve lezzet vermesi için limon suyu ilâve edilerek pişirmeye devam edilir. Pişme esnasında yahninin suyu azalırsa üzerine biraz sıcak su katılmalıdır. Pişen yahni, tabağa alınarak tercihen pilav ile servis yapılır.

Balık Yemekleri

Yörede doğal su kaynaklarının ve Eğirdir Gölünün olması nedeniyle balık yemekleri de sofralarda yerini alır. Eğirdir Gölü'nden avlanan levrek, dişli, sıraz, sazan (çapak) gibi balıklar, genellikle yağda kızartılarak yenilebildiği gibi, dolması, yahnisi, çorbası ve salamurası da yapılmaktadır. Başlıca balık yemekleri: Sazan dolması, sazan yahnisi, balıklı pilav ve salamura balıktır.

BALIKLI PİLAV

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 40 dk

- 1 Adet 2 - 2,5 kg.lık Sazan Balığı
- 1 Su Bardağı Sıvı Yağ (Kızartmak için)

Pilavı için;

- 3 Su Bardağı Pilavlık Bulgur
- 3 Su Bardağı Su
- 2 Adet Orta Boy Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ ya da Tereyağı
- Nane, Kırmızıbiber, Tuz

YAPILIŞI

Sazan balığı temizlenir, iyice yıkandıktan sonra kurulanır. Tuzlanır, büyük bir tavada alt üst çevrilerek hafif kızartılır. Diğer tarafta pilav için 2 çorba kaşığı sıvıyağ ve tereyağında soğanlar kavrulur, nane ve bulgur ilave edilerek kavrulmaya devam edilir. Üzerine sıcak su, tuz ve kırmızıbiber eklenir, kaynamaya başlayınca balık pilavın üzerine alınarak birlikte pişirilir. 10 dakika dinlendirilen pilav ve balık sıcak olarak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Genellikle Şarkikaraağaç yöresinde yapılan bu yemek için balık, kızartma yerine haşlama yapılarak da pişirilir. Bu yemek, sazan haricinde diğer balıklarla da yapılabilmektedir.

GÖL LEVREĞİ

MALZEMELER

Tek Kişilik – Pişirme Süresi: 5 dk

- 1 Adet Göl Levreği
- 1 Su Bardağı Un
- 1 Çay Kaşığı Yaş Maya
- 1 Çay Kaşığı Salça
- Tuz
- Su
- Sıvı Yağ (Kızartmak için)

YAPILIŞI

Temizlenen levrek yıkanır, kılçığı çıkartılır. Diğer tarafta un, tuz, yaş maya ve su ile bulamaç hazırlanır. Renk vermesi için bulamaca az miktarda salça katılır. Levrek bulamaca batırılarak kızgın yağ içerisinde kızartılır. Yeşil salata eşliğinde sıcak servis yapılır.

GÜVEÇTE TEREYAĞLI ALABALIK

MALZEMELER Tek Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 1 Adet Alabalık
- 1 Adet Küçük Domates
- 1 Adet Sivri Biber
- 2 Adet Elma Dilimi Patates
- 4 Adet Taze Mantar
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Diş Ezilmiş Sarımsak
- 1 Dal Biberiye
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı

YAPILIŞI

Güveç kabının her tarafına tereyağı sürülür. Temizlenmiş olan alabalık pişirme kabına yerleştirilir. İki tarafına bıçakla uzunlamasına çizik atılır. Açıkta kalan boş yerlere diğer malzemeler yerleştirilir. Tuz eklenip yaklaşık 250 derecelik fırına sürülür.

EK BİLGİ :

İsteğe göre alabalık, kaşar peyniriyle de pişirilebilir.

SAZAN YAHNİSİ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 25 dk

- 3 - 3,5 kg ağırlığında Sazan Balığı
- 2 Adet Kuru Soğan
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çorba Kaşığı Sirke
- 3 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- Nane
- Limon
- Tuz

YAPILIŞI

Sazan balığı temizlenir, iyice yıkandıktan sonra kurulanır, parçalara ayrılır. 2-3 dakika sıcak suda bekletilir. Diğer tarafta soğan doğranıp zeytinyağında kavrulur. Salça konularak kavrulmaya devam edilir. Parçalanmış balıklar sudan alınıp kavrulmuş soğan ve salçanın üzerine eklenir. Üzerini geçecek kadar sıcak su, tuz ve 1 kaşık sirke ilave edilir. 10-15 dakika ocakta pişirildikten sonra üzerine isteğe göre kuru nane ve limon suyu konularak servis yapılır.

BALIK YEMEKLERİ

SAZAN DOLMASI (ÇAPAK DOLMASI)

MALZEMELER

6-8 Kişilik- Pişirme Süresi: 90 dk

- 1 Adet 3-4 kg.lık Sazan Balığı
- 2 Su Bardağı Bulgur veya Pirinç
- Birer Tutam Tarçın, Nane, Karabiber, Kırmızıbiber
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 1,5 Su Bardağı Su
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- Yarım Su Bardağı Kuş
- Üzümü
- Yarım Su Bardağı Çam Fıstığı

Süslemek İçin;

- Bir Demet Maydanoz
- 1 Adet Limon
- 3 Adet Orta Boy Domates

YAPILIŞI

Sazan balığının derisi tamamen soyulur, sırtındaki yüzgeç ve kanatları temizlenir. Salça, yağ ve baharatlardan oluşturulan sos balığın içine ve dışına tamamen sürülür. Balık 15 dakika beklemeye bırakılır. Yağ tencerede iyice kızartılır varsa balıktan çıkan havyar, yumurta sarısı rengini alıncaya kadar kızartılır, daha sonra baharatlar, bulgur veya pirinç, çam fıstığı ve kuşüzümü katılarak bir müddet kavrulur, su ilave edilir ve demlenmeye bırakılır. Hazırlanan bu karışım balığın içine iyice doldurulur ve balık iğne iplik yardımı ile dikilir. Fırında 2 saat pişirilir. Üzeri maydanoz, limon ve domatesle süslenerek servis yapılır.

SIRAZ (EĞREZ) BALIĞI SALAMURASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dakika

- 15 Adet Orta Boy Sıraz (Eğrez) Balığı
- 1 Çorba Kaşığı Limon Suyu
- 2 Çorba Kasesi Salamuralık Tuz

YAPILIŞI

İlimiz sınırları içerisindeki Eğirdir Gölünde nisan ve mayıs aylarında rastlanan "Sıraz" veya "Eğrez" denilen balığın kaygan tabakası, yüzgeçleri ve iç organları bıçakla temizlenir. Sırtının iki yanı bıçakla çizilir. Daha sonra içi kaya tuzu ile doldurularak toprak küplere veya tenekelere bolca tuzlanarak istif edilir. Ağzından hava almayacak şekilde üzerine bir ağırlık bastırılarak 40 gün bekletilir.

EK BİLGİ:

Sonbahar aylarında salamura, diğer balıklarla da yapılabilmektedir. 40 gün sonra yemeye hazır olan balıklar küçük parçalara ayrılarak, soğan, maydanoz, pul biber, sumak, limon suyu, zeytinyağı ve tercihe göre çok az tuz ile karıştırılıp salata ya da meze olarak servis yapılır.

TUZDA BALIK

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 60 dk

- 1 Adet Orta Boy Sazan Balığı
- 1 Çay Bardağı Bulgur
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Tutam Maydanoz
- 1 Tutam Dereotu
- 1 Tutam Nane
- Yarım Limon
- 1 Tatlı Kaşığı Salça
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Yarım Su Bardağı Su
- 2-3 Adet Defne Yaprağı
- Kimyon, Karabiber
- 4 kg Tuz
- 2 Adet Yumurta Akı

YAPILIŞI

Sazan balığı temizlenir, iyice yıkandıktan sonra kurulanır. Soğanlar ince bir şekilde doğranarak sıvı yağda biraz kavrulur. Üzerine salça eklenerek kavrulmaya devam edilir. Bulguru da eklenip biraz daha kavrulduktan sonra, yarım su bardağı sıcak su ve limon ilave edilerek pişirilir. Bulgur piştiğinde ocağın altı kapatılarak maydanoz, dereotu, nane, tuz ve baharatları eklenir. Hazırlanan pilav dinlendirildikten sonra balığın karnına doldurulur ve karın iğne iplik yardımıyla dikilir. Balığın karnına küçük bir delik açılarak içerisine yarım çay bardağı su eklenir. Diğer taraftan tuz ve yumurta akı sulandırılarak karıştırılır. Tuzun bir kısmı tepsiye yayılarak, üzerine balık yerleştirilir. Balığın hiçbir tarafı görünmeyecek şekilde üzeri tamamen tuz ile kaplanır. 250 derecelik fırında pişirilir. Pişince tuzlar kırılarak balık içerisinden çıkarılır. Limon dilimleriyle servise sunulur.

Sakatatlar

Sakatatlar, eti yenen ehlî hayvanların etinin dışında kalan ve yenilebilen karaciğer, yürek, böbrek, işkembe, dalak vb. iç organları ile baş ve ayaklarına verilen genel addır. Et ve sakatat yemekleri Türk mutfağının önemli bir bölümünü oluşturur. Halkın başlıca geçim kaynaklarından birisinin hayvancılık olmasının da bunda önemi büyüktür. Türklerin İslamiyet'i kabulünden sonra ise israfın haram sayılması sakatatın da büyük ölçüde değerlendirilmesine yol açmıştır.

CİĞER KAVURMA

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 45 dk

- 1,5 kg Dana Ciğeri
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Küçük Kase İç Yağı
- Karabiber
- Tuz

YAPILIŞI

İç yağı, tavaya konularak orta ateşte eritilir. Kuşbaşı doğranan ciğer ilave edilerek kavrulur. Ciğerin kavrulmasına yakın kuşbaşı şeklinde doğranmış soğan da katılarak kısık ateşte kavrulmaya devam edilir. Tuzu ve karabiberi eklenip sıcak olarak servis yapılır.

CİĞER TAVA

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30-35 dk

- 1 kg Ciğer
- 4 Adet Kuru Soğan
- 2 Adet Sivri Biber
- 2 Adet Domates
- 3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 2 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- Yarım Limon
- 2 Çay Kaşığı Sumak
- 2 Çay Kaşığı Kırmızı Pul Biber
- Karabiber
- Tuz

YAPILIŞI

Karaciğerin zarı soyulur, damarları çıkarılarak kuşbaşı doğranır. Tencerede yağ kızdırılır. Ciğerler atılıp harlı ateşte karıştırarak biraz pişirilir. Küp küp doğranmış 2 soğan, kabukları soyulup doğranmış domates ve iri doğranmış sivri biberler, ciğere ilave edilip tavanın kapağı kapatılmadan kısık ateşte pişirmeye devam edilir. Tuz, karabiber atılır.
2 soğan yarım halka doğranır, tuzla ovulup yıkanır. Doğranmış maydanoz, pul biber, sumak, zeytinyağı, limon suyu, tuz karıştırılır. Ciğer tavanın yanında servis yapılır.

KARIN DOLMASI (BUMBAR)

MALZEMELER

6-8 Kişilik –Pişirme Süresi: 50-60 dk

- 1 Adet Kuzu Karnı (İşkembe)
- Yarım kg Karaciğer
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 1 Su Bardağı Bulgur
- 1 Adet Domates
- 3-4 Diş Sarımsak
- 1 Kaşık Domates Salçası
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Çay Kaşığı Toz Nane
- Karabiber, Kimyon, Kırmızı Biber
- Tuz

YAPILIŞI

Öncelikle iç pilavı yapılır. Pirinçler ıslatılarak kar beyaz olunca yıkanıp süzülür. Diğer taraftan sıvı yağ ile incecik doğranmış soğanlar sote yapılır. Soğanlar altın sarısı renk alınca minik küpler şeklinde doğranmış ciğerler ilave edilerek onlar da sotelenir. Pirinç ve bulgur ilave edilir, biraz daha kavrulur. İçerisine karabiber, toz nane, kırmızı toz biber atılır. Sıcak su verilerek kısık ateşte 15 dakika demlendirilir. Soğuduktan sonra kaşıkla temizlenmiş karnın (Bumbarın) içine doldurulur. İçi doldurulan karın temiz bir iğne iplik ile dikilir. İpliğin iki ucu düğümlenir. Derin bir tencereye karınların üzerini geçecek şekilde kavrulmuş salçalı su doldurularak pişirilir. Piştikten sonra karın dışarı alınarak ipi sökülüp, içinin pilavı tabaklara boşaltılarak servis yapılır. Deri kısmı ince ince doğranarak yenildiği gibi işkembe çorbası da yapılabilir.

EK BİLGİ :

Bu şekilde hazırlanan iç pilav, koyun bağırsağına da doldurularak pişirilebilmektedir. Yöremizde özellikle kurban bayramını takip eden dönemlerde köylerde daha çok ateş üzerinde pişirilmektedir.

KELLE-PAÇA ÇORBASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 1 saat

- 500 gr Kelle
- 2 Adet Kuzu Paçası
- 2 Çorba Kaşığı Süzme Yoğurt
- 1 Yumurta Sarısı
- 1 Tatlı Kaşığı Un
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Yarım Limon Suyu
- Tuz
- 10 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Kelle ve paça eti haşlanıp nohut büyüklüğünde parçalara ayrılarak kendi suyunun içine katılır. Suyu az ise bir miktar daha sıcak su eklenerek kaynatılır. Geniş bir kâsenin içinde un, yumurta sarısı, limon suyu ve yoğurt karıştırılarak ayran kıvamına getirilip, kaynamakta olan etlerin içerisine ilâve edilir. Yeterli miktarda tuz katılıp, 5 dakika kadar kaynatıldıktan sonra ateşten alınarak dinlendirilir. Üzerine kızartılmış tereyağı dökülerek arzuya göre sirke ve sarımsak ile servis yapılır.

EK BİLGİ :

Kuzu, oğlak, koyun, keçi, dana başından yapılır. En çok tercih edilen kuzu ve oğlak başından yapılandır. Baş ve ayaklar alevli ateşin üzerine dizilir. Kıl veya yünlü kısımlar ütülür. Derinin yanmamasına dikkat edilmelidir. Kızgın ateşte kor haline getirilen demir eğsi veya orak ile kıllı derinin dağlaması yapılır. Derinin kıllı bölümü bitinceye kadar dağlama işlemine devam edilir. Sonra baş ve ayaklar satır ile parçalanır.

Sebze Yemekleri

Yörede yetişen bütün sebzelerin yemekleri etli ve etsiz olmak üzere iki şekilde pişirilir. Etli yapılan sebze yemeklerinin eti daha önceden pişirilir. Patates, kabak (uzun kabak), şalgam, patlıcan, fasulye, ıspanak, lahana, karnı bahar (yörede çiçek denilir) gibi başlıca sebzelerin yemekleri yapılır. Patlıcandan yapılan "Oturtma" ve "Yatırtma", Ispanak, kabak ve fasulye gibi sebzelerin bulgurla pişirilip yoğurtlanarak yapılan "Borani" başlıcalarıdır. Ayrıca biber, patlıcan, patates gibi sebzeler yağda kızartılarak, yoğurtlu ve yoğurtsuz yenilmektedir. Yazın kurutulup kışın yenen bamya, kabak, fasulye, patlıcan, biber gibi sebzeler, önce sıcak suda haşlanır, daha sonra pişirilir. Bu sebzelerin kavanozlarda konserveleri de yapılmaktadır. Bütün sebze yemeklerinde soğan, domates veya salça kullanılmaktadır.

BAMYA YEMEĞİ

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 500 gr Taze Bamya ya da 200 gr Kurutulmuş Bamya
- 250 gr Kuşbaşı Et
- 2 Adet Orta Boy Kuru Soğan
- 2 Adet Domates
- 2 Adet Sivri Biber
- 2 Salkım Koruk ya da Yarım Limon Suyu
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Su

YAPILIŞI

Tencerede kuşbaşı etler sıvı yağda sotelenir. İçine tereyağı ilave edilir. Soğanlar ve biberler ince ince doğranıp tencereye eklenerek pembeleşinceye kadar pişirilir. Domateslerin kabuğu soyulup rendelendikten sonra karışıma ilave edilir. Karışımın üzerine çıkacak şekilde su ve limon suyu veya koruk suyu ilave edilir. Kısık ateşte kaynamaya bırakılır.

Eğer bamya kurutulmuş ise ayrı bir tencerede haşlanıp suyu süzülerek kaynayan suya ilave edilir. Bamya taze ise tencereye doğrudan konulur. Tencerenin ağzı kapatılarak yaklaşık 30 dakika pişirilir. İsteğe bağlı olarak iki diş sarımsak katılabilir. Koruk suyu bulunmadığı zaman limon tuzu da kullanılabilir. Tencerenin ateşi söndürüldükten sonra hemen ocaktan indirilmez. 5-10 dakika buharı ile bekletilir.

EK BİLGİ :

Yörede düğünlerde, davetlerde, mevlit yemeklerinde hazırlanarak üçüncü yemek olarak ikram edilir.
Koruk suyu için, koruklar ezilerek içine bir bardak su ilave edilir ve tülbentten (çok küçük delikli süzgeç) geçirilerek süzülür.

BİBER YEMEĞİ

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 1 kg Biberin Tohumluk Kısmı (Dolmalık ya da Salçalık Biberlerin Çekirdekli Kısımları)
- 250 gr Kıyma
- 1 Su Bardağı Bulgur
- 3 Adet Domates
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Yaş dolmalık biberlerin halka şeklinde kesilmiş tohumluk kısımları çekirdeklerinden ayıklanarak yıkanır. Tencere içerisine konan kıyma ile birlikte ince doğranmış biberler ve biberin kök kısımları ilave edilerek yağda kavrulur. Karışıma, kabuğu soyulmuş ve küçük doğranmış domatesler eklenerek beş dakika kadar kavrulur. Yeterli miktarda su dökülerek pişirilir. Biber pişince içine tuzu katılarak bulguru salınır. Pişen yemek hafif sulu şekilde ateşten indirilir.

EK BİLGİ :

Biber yemeği taze olarak yapıldığı gibi, mevsiminde kurutularak kışın da yapılmaktadır. Kuru biberden yapılan yemekte, domates yerine salça kullanılır. Kışın yapılan biber yemeğinde, biberler önceden haşlanarak hazır hale getirilir. İsteğe göre pastırmalı veya kıymasız, zeytinyağlı şekilde de pişirilmektedir. Bu yemek genellikle, kış hazırlıklarında dolmalık biber kurutulurken ya da biber salçası yapılırken çıkan köklerini değerlendirmek amacıyla yapılmaktadır.

BÜTÜN ETLİ BADILCAN

MALZEMELER

6-8 kişilik – Pişirme Süresi: 1,5 saat

- 6 Adet Küçük Boy Patlıcan
- 1 kg Parça Et
- 1 Adet Orta Boy Kuru Soğan
- 2 Diş Sarımsak
- 2 Çorba Kaşığı Domates Salçası
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Karabiber, Pul Biber
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Etler bir tencere içerisinde haşlanır. Haşlanan etlerin yağ, kemik ve sinirleri ayıklanır. Patlıcanlar alacalı soyulduktan sonra, sap kısımları kalacak şekilde uzunlamasına dörde bölünür, tuzlu soğuk suda 20 dakika bekletilir. Başka bir tencerede ince doğranmış soğan ve salça tereyağında kavrularak üzerine haşlanan etler ilave edilip 3-5 dakika kadar daha kavrulur. Patlıcanlar bütün olarak etlerin üzerine dizilir. Dörde bölünmüş sarımsaklar, tuz ve baharatları eklenir. Patlıcanların üzerini geçmeyecek şekilde tencereye sıcak et suyu dökülür. Kaynamaya başlayınca ara ara yemeğin suyundan patlıcanların üzerine gezdirilir. Yemek hiç karıştırılmadan, kısık ateşte patlıcanlar yumuşayıncaya kadar pişirilir.

EK BİLGİ:

Bütün Etli Badılcan, bazı yörelerde düğün yemeği olarak ikram edilmektedir.

CİFNE (ZIPLAK)

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 40 dk

- 2 Kase Kurutulmuş Taze Fasulye (Tercihen Şeker Fasulye)
- 2 Çorba Kaşığı Kuru Kıyma (Kurban Kıyması)
- 8-10 Parça Domates Kurusu
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Kahve Fincanı Sıvı Yağ
- 1 Çay Kaşığı Tuz
- 2-3 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Kurutulmuş olan taze fasulye ve domates kurusu ayrı ayrı 5-6 saat önceden soğuk suda bekletilir. Fasulyeler bol suda haşlanır ve süzülür. Diğer taraftan kısık ateşte tencerede kurban kıyması eritilir. Yemeklik doğranan kuru soğan ile kavrulur. Salça da kavrulduktan sonra su ilave edilir. Islatılan domates kurusu ilave edilir. Özleştikten sonra haşlanan fasulye ilave edilerek yaklaşık yarım saat kadar kısık ateşte pişirilir. Genelde yufka ve kuru soğan ile birlikte tüketilir.

DİLME FASULYE (SAKALA SARKAN)

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 35-40 dk

- 1 kg Fasulye
- 250 gr Kıyma
- 2 Adet Domates
- 3 Adet Sivri Biber
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Su
- Tuz

YAPILIŞI

Fasulyeler ayıklanıp iyice yıkanır. Ortalarından uzunlamasına kesilerek doğranır. Tencere içerisinde yağda kavrulmakta olan kıymanın üzerine ince doğranmış soğan eklenerek biraz daha kavrulur ve içerisine salça ilave edilerek birkaç dakika daha kavrulur. Fasulye, doğranmış biberler ve domatesler ilave edilerek, üzerine tuzu eklenir. Yaklaşık beş dakika kadar kendi suyuyla kavrulduktan sonra, su dökülerek kaynatılır. Pişen sakala sarkan dinlendirildikten sonra servis yapılır. Sakala sarkanın, fasulye yemeğinden farkı sadece doğranışıdır. İsteğe göre kıyma konulmadan zeytinyağlı olarak da yapılabilir.

DOMATES (FREG) YEMEĞİ

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 kg Koruk Domates
- 250 gr Kıyma
- 1 Su Bardağı Bulgur
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Koruk domatesler yıkanır. Ortadan ikiye bölünüp sıkılarak içindeki çekirdek kısımları çıkarılır. Tekrar yıkanarak, küp şeklinde doğranıp hazır hale getirilir. Tencere içerisine konan kıyma, yağla kavrulur. Kıymaya salça eklenerek bir veya iki dakika kavrulur ve üzerine doğranmış domates eklenip, yeterli miktarda su dökülerek kaynatılır. İçine tuz katılarak bulguru salınır. Pişen yemek hafif sulu şekilde ateşten indirilir.

EK BİLGİ :

Domates yemeği tercihe göre zeytinyağlı olarak da pişirilmektedir. Koruk domatesler eskiden temiz bir taşla ezilip küçük parçalara ayrılarak pişirilirdi. Fakat günümüzde daha çok tarifte belirtildiği gibi pişirilmektedir.

FASULYE BORANİSİ

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 35 dk

- 1 kg Taze Fasulye
- 1 Su Bardağı Bulgur
- 1 Kâse Ezilmiş Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Fasulyeler ayıklanır, bol suda güzelce yıkanarak süzülür. Yarım cm eninde ince ince doğranır. Yayvan tencere içine konulan fasulyenin üzerine yeterli miktarda su dökülerek ateşe konulur ve haşlanır. Haşlanmış ve kaynamakta olan fasulyenin içine bulgur salınır ve tuzu eklenir. Borani, suyunu çekince, hafif sulu şekilde söndürülür. Yoğurdun kesilmemesi için borani biraz soğutulur. İsteğe göre sarımsaklı veya sade olarak ezilmiş süzme yoğurtla yoğurtlanır. Tabağa konan boraninin üzeri kızartılmış kaymak yağıyla süslenerek servis yapılır.

EK BİLGİ:

Bu yemek bakla ile de aynı şekilde yapılmaktadır. Yanında, tatlı soğan, acı biber, mevsiminde yetişen yeşillikler ve yabani otlar da yenilir. Arzu edilirse borani bulgur yerine pirinçle de pişirilebilmektedir.

FASULYE SIYIRMA

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 kg Taze Taneli Fasulye (Tercihen Şeker veya Ayşekadın Fasulyesi)
- 3 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 1 Çay Kaşığı Kırmızı Toz Biber
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Fasulyeler ayıklanıp yıkandıktan sonra, tencere içerisine alınarak tuzlu suda haşlanır. Haşlanan fasulyelerin suyu süzdürülerek servis tabağına alınır. Bir tavada 3 çorba kaşığı tereyağı eritilip kırmızı toz biber kızdırılır ve fasulyenin üzerine dökülür.

ISPANAK BORANİSİ

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 1 kg Ispanak
- 1 Su Bardağı Bulgur
- 1 Kâse Ezilmiş Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Ispanaklar ayıklanır ve bol suda iyice yıkanarak süzülür. İnce ince doğranan ıspanaklar yayvan bir tencere içerisine alınarak üzerine yeterli miktarda su ilave edilir. Ateşe konulur ve haşlanır. Haşlanmış ve kaynamakta olan ıspanakların içine bulgur salınır ve tuzu eklenir. Borani, suyunu çekince, hafif sulu şekilde söndürülür. Yoğurdun kesilmemesi için biraz soğutulur. Borani kızartılmış kaymak yağıyla yağlanıp, isteğe göre sarımsaklı veya sade olarak ezilmiş süzme yoğurtla yoğurtlanır. Tabağa konan Boraninin üzeri kızartılmış kaymak yağıyla süslenerek servis yapılır.

EK BİLGİ :

Yanında, tatlı soğan, acı biber, mevsiminde yetişen yeşillikler ve yabani otlar da yenilir. Arzu edilirse borani bulgur yerine pirinçle de pişirilebilmektedir.

ISPANAK MUSAKKASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 2 kg Ispanak Sapı
- 250 gr Kıyma
- 2 Adet Domates
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz
- Su veya Yoğurt Suyu

YAPILIŞI

Ispanaklar ayıklanıp sapları doğranarak yıkanır. Tencere içerisinde kıyma yağda kavrularak, bir kaşık salça ve ince doğranmış soğan ilave edilip bir veya iki dakika kadar kavrulur. Önceden doğranarak hazır hale getirilen ıspanak sapları eklenerek su veya (hafif mayhoş ve daha lezzetli olması için) yoğurt suyu dökülüp, tuzu ilave edilerek pişirilir. Pişen musakka dinlendirildikten sonra servis yapılır.

KABAK BORANİSİ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 45 dk

- 1 kg Kabak
- 1 Çay Bardağı Bulgur
- 1 Su Bardağı Ezilmiş Süzme Yoğurt
- 2 Diş Sarımsak
- 1 Çorba Kaşığı Kaymak Yağı
- Kırmızı Pul Biber
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Kabaklar küp şeklinde doğranıp haşlanır. Üzerine bulgur ve tuz ilave edilerek kısık ateşte pişirilir. Pişen yemek servis tabağına alınır. Ilıklaşınca üzerine sarımsaklı yoğurt dökülür. Kaymak yağı pembeleşinceye kadar kızartılıp kırmızı pul biber ilave edilir ve boraninin üzerine dökülerek servis yapılır.

EK BİLGİ :

Bu yöntemle patlıcan, patates gibi sebzelerden de borani yapılmaktadır.

KABAK YEMEĞİ (SAÇMA DOLMA)

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 kg Kabak
- 250 gr Kıyma
- 1 Su Bardağı Bulgur
- 2 veya 3 Adet Sivri Biber
- 3 Adet Domates
- 1 Dal Yeşil Fesleğen
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Kabakların kabuğu soyulduktan sonra yıkanarak küp şeklinde doğranır. Biberler 1 cm kalınlığında doğranır. Tencere içerisine konan kıyma, yağla kavrulur. Kabuğu soyularak doğranmış domatesler kıymaya eklenerek beş dakika kadar kavrulur. Üzerine doğranmış kabak ve biberler eklenir. Yeterli miktarda su dökülerek pişirilir. Kabaklar pişince içine tuzu ve fesleğeni katılarak bulguru salınır. Pişen yemek hafif sulu şekilde ateşten indirilir.

EK BİLGİ:

Kabak Yemeği isteğe göre kıymasız, zeytinyağlı olarak da pişirilmektedir.

KURUTULMUŞ BADILCAN YEMEĞİ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 500 gr Kurutulmuş Patlıcan
- Bir Parça Pastırma (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 252)
- 2 Su Bardağı Bulgur
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Yaprak şeklinde kurutulmuş patlıcanlar haşlanır, suyu süzdürülür ve doğranarak hazır hale getirilir. Diğer tarafta, tencere içerisinde kuşbaşı şeklinde doğranmış pastırmalar önce yağda kavrulur. Bir kaşık salça ilave edilerek, birkaç dakika daha kavrulur. Önceden haşlanarak hazır halde olan patlıcanlar da eklenerek, yeterli miktarda su dökülüp kaynatılır. İçine tuzu katılarak bulguru salınır. Pastırmanın tuzu yeterli ise yemeğe tuz katılmaz. Pişen yemek hafif sulu şekilde ateşten indirilir.

EK BİLGİ :

Patlıcan yemeği, kıymalı olarak da yapılabilir.

PATLICAN OTURTMA

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 40-45 dk

- 6 Adet Orta Boy Patlıcan
- 500 gr Kıyma
- 2 Adet Kuru Soğan
- 3 Adet Domates
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 3 Adet Sivri Biber
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Nane
- Karabiber
- Tuz
- 1,5 Su Bardağı Sıcak Su

YAPILIŞI

Patlıcanlar halka halka doğranıp 15-20 dakika tuzlu suda bekletilerek acı suyunun çıkması sağlanır. Bol suyla yıkanarak tepsiye dizilir. Soğanlar ve salça yağda kavrularak üzerine kıyma ilave edilir, 3-5 dakika kadar kavrulur. Üzerine domates ve biberler eklenerek biraz daha kavrulduktan sonra sıcak su, nane, tuz ve karabiber eklenerek patlıcanların üzerine döşenir. 40-45 dakika kadar fırında pişirilir.

PIRASA YEMEĞİ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 kg Pırasa
- 250 gr Kıyma
- 1 Çay Bardağı Bulgur ya da Pirinç
- 2-3 Adet Havuç (Keşir)
- 3 Adet Domates
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Pırasalar ayıklanıp, iki cm boyunda doğranarak yıkanır. Tencere içerisinde yağla kavrulan kıymaya salça eklenerek 1-2 dakika kadar kavrulduktan sonra, üzerine doğranmış pırasa ve havuç eklenip, yeterli miktarda su dökülerek pişirilir. Pırasa pişince içine tuz katılarak bulguru ya da pirinci salınır. Pişen yemek hafif sulu şekilde ateşten indirilir.

EK BİLGİ :

Pırasa Yemeği isteğe göre pastırmalı veya kıymasız, zeytinyağlı olarak da pişirilmektedir. Bulgur yerine pirinç de katılabilir.

SAP AŞI

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 kg Ispanak Sapı
- 250 gr Kıyma
- 2 Adet Yumurta
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Karabiber
- Tuz
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Ispanaklar temizlenerek saplarının kalın kısmı ayrılır. Yumuşayıncaya kadar suda haşlanır. Haşlanan ıspanak saplarının suyu süzülür ve ince ince doğranır. Yayvan bir tencerede sıvı yağ ve tereyağı eritilerek içine kıyma vesoğan ilave edilir. Bir süre kavrulduktan sonra üzerine doğranmış ıspanak sapları ile salça da ilave edilerek kavrulmaya devam edilir. Suyu katılarak 15–20 dakika pişmesi için beklenir. Pişmesine yakın, üzerine yumurta kırılır ve tuz ilave edilir. Yumurtalar karıştırılmadan kapağı kapatılır. Ocağın altı kapatılarak biraz dinlendirilir. Üzerine limon sıkılarak, sarımsaklı yoğurtla beraber servis yapılır.

EK BİLGİ :

Mevsimine göre özellikle ilkbaharda ovalarda yetişen güneyik, karakavruk, kalgan, toklu başı, sirken gibi otlarla da pişirilebilir. İsteğe bağlı olarak bulgurlusu da yapılabilir.

UZUN KABAK YEMEĞİ

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30-35 dk

- 2 kg Uzun Kabak
- 250 gr Haşlanmış Et
- 1 Kase Haşlanmış Nohut
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Kabak soyularak küçük küçük doğranır. Soğan yağda kavrularak, haşlanmış nohut, et ve kabaklar ilave edilir. Üzerine çıkacak kadar su eklenerek kısık ateşte pişirilir, dinlendirilerek servis yapılır.

EK BİLGİ :

Yöresel ismi "Asma Kabağı" olarak da bilinmektedir.

YATIRTMA (KARNIYARIK)

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30-35 dk

- 6-8 Adet Orta Boy Patlıcan
- 500 gr Kıyma
- 3 Adet Domates
- 3 Adet Sivri Biber
- 2 Adet Kuru Soğan
- 2 Diş Sarımsak
- Yarım Demet Maydanoz
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Karabiber
- Tuz
- 1 Su Bardağı Sıcak Su

YAPILIŞI

Patlıcanlar alacalı soyularak kızartılır ve fazla yağı aldırılır. Tepsiye ya da yayvan bir tencereye dizilen patlıcanların uzunlamasına karnı yarılır. Soğan, sarımsak, kıyma, sivri biber ve domatesler kavrulur. İnce doğranmış maydanoz ilave edilir. Karabiber ve tuz da eklenerek hazırlanan iç malzeme bir kaşık yardımıyla patlıcanların içlerine doldurulur. Salça ve sıcak su karıştırılarak patlıcanların olduğu tepsiye dökülür, kısık ateşte ocakta ya da fırında pişirilir.

EK BİLGİ :

Patlıcanlar tepsiye yatırıldığı için bu ad verilir.

Yabanî Otlarla Yapılan Yemekler

Ege, Akdeniz ve İç Anadolu Bölgesi'nin geçiş noktasında olan Isparta, farklı bitki örtüsü ve yenilebilen yabani otların çeşitliliği ile zenginlik gösterir. Bu zengin çeşitlilik, mutfak kültürünü de doğrudan etkilemektedir. Yörede bici bici (madımak), ebe gümeci, tavuk kursağı, ümmü, sirken, ısırgan, kuzukulağı, toklu başı, pancarlık, labada gibi yöresel adlarla bilinen otlar sıklıkla kullanılmaktadır. Kırlardan toplanan ve temizlenerek ince ince kıyılan bu otlar, yağ, soğan ve kıymayla kavrularak pişirildiği gibi salça, soğan ve pirinç katılarak ta pişirilir. Yoğurtlu ya da yoğurtsuz yenilir. Ayrıca, yenilebilen yabani otların böreklerde iç malzeme olarak kullanıldığı da görülür.

YABANİ OTLARLA YAPILAN YEMEKLER

YABANİ VE ŞİFALI OTLAR

Adaçayı: Tüylü ve beyazımsı renkli yapraklarının kurusu çay gibi haşlanarak içilen, ayrıca et yemeklerine koku ve lezzet vermek için de kullanılan Salvia türü bitkidir. Türkiye'de birçok bölgede farklı adaçayı türleri bulunmaktadır. Adaçayı mide ağrılarında ve soğuk algınlıklarında çay gibi kaynatılıp içilir.

Ebegümeci: Ebegümeci, gerçek bir protein ve C-vitamini deposudur. Kalsiyum ve fosfor bakımından bulunmaz bir tabii kaynaktır. Ağız ve diş temizliği için de ebegümeci gargarası çok etkilidir. Bu sayede haftada birkaç defa yapılacak ağız gargarası, faranjite, bademcik iltihaplanmasına (tonsilit) ve sağlıksız diş etlerinin oluşumuna karşı etkilidir. Ebegümecinin salatası, kavurması ve kömbesi yapılır.

Gelincik Otu: Bulgur ile pişirilip yemeği yapılan ayrıca böreklerde iç malzemesi olarak kullanılan gelincik otu, yörede sevilerek kullanılan yabani ot türüdür. Nefes darlığı, bronşit, astım ve göğüs nezlesine faydalıdır.

Güneyik Otu: Karahindiba olarak da bilinen ve doğal olarak tarla kenarlarında ve kırsal alanlarda yetişen bu otun çiçekleri sapından koparılınca çıkan süt siğilde, otun gövdesinden yapılan çay ise göz hastalıklarında kullanılmaktadır. Ispanak gibi pişirilerek yemeği de yapılmaktadır.

Isırgan Otu: Yapraklarından yapılan çayının idrar arttırıcı, ödem çözücü, kan temizleyici, kan yaptırıcı, iltihap giderici, demir eksikliğini giderici ve organizmayı uyarıcı özelliği vardır. Yemeği ve böreği yapılmaktadır.

Kalkan Otu: Ilıman ve soğuk iklim bitkisi olan çok yıllık şifalı bir bitkidir. Anavatanı Avrupa olan bitki Kurt otu adıyla da anılır. Nemli ve sulak bereketli topraklarda kolayca yetişir. Teskin edici, sakinleştirici, toksin attıran ve idrar sökücü, öksürük önleyici etkileri vardır. Böreklerde kullanılır.

Karakavruk: Papatyagiller ailesindendir. Diğer isimleri sakızlık, karakavlık, çıtlık, garagavuk, çengel sakızı'dır. Eylül ve nisan aylarında toplanan taze dalları salata olarak tüketilir. Karahindibaya benzer acımsı tadı vardır, hoş bir salata olur. Kökünden ve gövdesinden sakız elde edilir. Karakavruğun sakızını çiğnemek mideyi yumuşatır ve rahatlatır, sindirimi kolaylaştırır. Ayrıca yaralara iyi gelir.

Kuzugöbeği Mantarı (Göbelek): Morchellaceae familyasından, yenilebilen bir mantar türüdür. Genelde ormanlarda tek tek veya küçük gruplar halinde bulunur, özellikle orman yangınlarında sonra sıkça rastlanır. Genelde bahar aylarında ortaya çıkar. Çeşitli alerjik reaksiyonlara neden olacağından çiğ olarak yenmemelidir. Toprakta, orman açıklıklarında, yol ve akarsu kenarlarında, bitki örtüsü yanmış arazide ilkbaharda, mart ve mayıs ayları arasında görülür. Akçaağaç, fındık, kayın, dişbudak ve karaağaçların altında tek tek bulunur. Yavaş pişirildiği zaman çok lezzetli olur. Pişirilmeden önce çok iyi temizlenmelidir. Kavurması, közlemesi ve pilavı yapılır.

Kuzukulağı (Labada): Anadolu'da kalkerli topraklar dışında gölgelik ve nemli yerlerde yaygın olarak yetişir. Kuzukulağı türlerinin tadı ekşi olan yaprakları A, B ve C vitaminleriyle potasyum yönünden zengindir. Körpe yaprakları çiğ olarak salatalarda ya da ıspanak gibi pişirilip sebze olarak yenir. Isparta yöresinde sarması da yapılır.

Madımak (Bici Bici): Madımak ya da madımalak, yenebilen yabani ot türünden bir bitkidir. Orta Anadolu halk mutfağında besin olarak kullanımı yaygındır. Çiğ madımak salatası yapılarak yenilir ya da pişirilerek madımak aşı, cacığı, mıhlaması, çorbası, yahnisi, böreği, gözlemesi, bükmesi yapılır. Önceleri yalnızca köylerde rağbet gören ve ilkbaharda (nisan, mayıs, haziranın ilk yarısı) yemek için toplanan madımaklar köyden şehre yapılan göçlerle şehirlerde de aranır olduğundan büyük şehirlerde pazarlarda da satılır.

Sığırdili Otu: 30-80 cm boylarında, batıcı tüylü, iki yıllık ya da çok yıllık, yenilebilen otsu bir bitkidir. Yapraklarının kenarları hafif dalgalı ve kıllıdır. Dalların ucunda mayıs ve eylül aylarında açan çiçekler önceleri pembe-mor, sonraları mavidir. Terletici ve idrar artırıcı özellikleri vardır. Eczacılıkta öksürük şurubu yapımında da kullanılır. Diş ve boğaz ağrılarında gargara yapılır. Bulgur ile pişirilerek boranisi yapılır.

Sirken Otu: Yabani ıspanak olarak da bilinir. Ispanak gibi pişirilebilen sirken otu, lifli bir sebzedir. İçeriğinde A, B, C, B6 vitaminleri ve demir, niasin, kalsiyum, protein, sodyum mineralleri bulunur.

GELİNCİK BORANİSİ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 1 kg Gelincik Otu
- 1 Küçük Kâse Bulgur
- 1 Kâse Ezilmiş Süzme Yoğurt
- 1 Çorba Kaşığı Un
- 2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Gelincik otları ayıklanıp doğrandıktan sonra bol suda yıkanarak suyu süzdürülür. Yayvan bir tencere içerisinde, üzerine yeterli miktarda su dökülüp, ateşe konularak kaynatılır. Gelinciğin pişmesine yakın, içine bulgur ve boraninin sakız kıvamında olması için, çok az suyla ayran kıvamına getirilmiş bir kaşık un ilave edilir. Hafif suyu kalıncaya kadar pişirilip, ateşten indirilir. Biraz soğuyunca içine bir kaşık kızartılmış kaymak yağı ve yoğurt katılarak karıştırılır. Tabağa konularak üzeri kızartılmış kaymak yağı ile süslenip servis yapılır.

EK BİLGİ:

Bu yemek ilkbaharda taze gelincik otundan yapılmaktadır.
Arzu edilirse boranide bulgur yerine pirinç de kullanılmaktadır.

Balcı Köyü'nde Hebiloğlu adında bir ağa vardır. Veli isimli köylü, Hebiloğlu'na hizmetkâr durur. Orakta, harmanda, bağda, çapada, tarlada, çiftte yardımcı olur. Günlük öğünlerde yemek, Hebiloğlu'ndan gelir. Sabah öğünü borani, öğle öğünü borani, akşam öğünü borani… Veli belki değişir diye sabır eder. Ama uzun süre bu değişmez. Sonunda isyan eder:
– "Sabah Borani, ağşam Borani. Hebiloğlu'na hizmetkâr duranın başına düşsün haranı" der, işi bırakır.

GÖBELEK – KUZUGÖBEĞİ (MANTAR) YEMEĞİ

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30-35 dk

- 1 kg Mantar (Kuzugöbeği)
- 100 gr Kavurma
- 1 Su Bardağı Ayran
- 2 Adet Kuru Soğan
- 1-2 Çorba Kaşığı Salça
- 2-3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Kırmızıbiber
- Tuz
- Su

Terbiyesi İçin

- 2 Adet Yumurta
- 1 Su Bardağı Süt

YAPILIŞI

Toplanan mantar yıkandıktan sonra, doğranıp bir kaba konularak, üzerine ayran ilave edilir. Bu şekilde 1 saat kadar bekledikten sonra ayrı bir kapta 2 baş soğan yağla birlikte kavrulur. Kavrulan soğana kavurma, salça, tuz ve kırmızıbiber eklenir. Önceden ayranda bekletilen göbelek mantarı süzgeçten geçirilir. Süzgeçten geçirilen mantar iyice yıkanır, kavrulmuş olan malzemeyle karıştırılır. Üzerine bir miktar su ilave edildikten sonra pişmeye bırakılır. İyice piştikten sonra iki yumurta ile bir bardak süt katılır. Bir müddet daha pişirildikten sonra ateşten indirilerek servis yapılır.

EK BİLGİ:

Bu yemek bazı yörelerde kavurmasız ve terbiyesi yapılmadan da pişirilmektedir.

OTLU YUMURTA

MALZEMELER 6–8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30-40 dk

- 1 kg Karakavruk veya Güneyik Otu
- 2 Adet Orta Boy Kuru Soğan
- 4 Adet Yumurta
- 1 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 1 Tatlı Kaşığı Karabiber
- 1 Tatlı Kaşığı Tuz
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Karakavruk veya Güneyik temizlenerek saplarının kalın kısmı ayrılır. Sapları haşlanır, yumuşayınca suyu süzülür. Yaprakları ve haşlanan sapları ince ince doğranır. Daha sonra tencereye tereyağı, sıvı yağ, ince doğranmış soğan ve tuz ilave edilerek soğanlar pembeleşinceye kadar kavrulur. Üzerine otlar dökülür, içine yumurta kırılıp karıştırılır. Bir çay bardağı su dökülüp pişmeye bırakılır. Piştikten sonra servis tabağına alınarak sarımsaklı yoğurt eşliğinde üzerine karabiber ve nane serpilerek servis yapılır.

EK BİLGİ :

Mevsimine göre özellikle ilkbaharda ovalarda yetişen kalgan, toklu başı, sirken gibi otlarla da yapılabilir. İsteğe bağlı olarak bulgurla da pişirilir.

"Kış bitti bahar geçti eriştik yaza
Karakavruk, güneyik yeter de artar bize"

SIĞIRDİLİ BORANİSİ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 25 dk

- 1 kg Sığırdili Otu
- 500 gr Ezilmiş Süzme Yoğurt
- 2 Diş Sarımsak
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz

YAPILIŞI

Sığırdili otu yıkanıp haşlanır. Suyu sıkılıp top haline getirilerek bıçakla ince ince doğranır. Sıvı yağda hafif kavrulur. Sarımsaklı yoğurt ile karıştırılır. İstenirse üzerine tereyağında kavrulmuş salça gezdirilerek servis yapılır.

YEŞİL SOĞANLI MANTAR YEMEĞİ

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- Yarım kilo Mantar
- 1 Demet (5-6 adet)Yeşil Soğan
- 1 Su Bardağı Süt
- Bir Kaşık Tereyağı veya Yarım Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Tuz

YAPILIŞI

Yeşil soğanlar ayıklanıp yıkanarak 1 - 1,5 cm uzunluğunda doğranır. Hazırlanan soğanlar bir tencere içerisinde yağda bir iki dakika kavrulur. Diğer tarafta mantarlar ayıklanarak yıkanır, kararmaması ve renginin beyaz olması için limonlu suda bekletilir. Sudan alınan mantarlar dörde bölünerek kavrulan soğanlara ilave edilir ve bir iki defa daha karıştırılır. Mantarlar suyunu çekene kadar orta hararetli ateşte kaynamaya bırakılır. Suyunu çekince bir bardak ılık süt ilave edilerek 5-6 dakika daha kaynatılır. Pişmesine yakın tuz eklenerek bir iki taşım daha kaynatıldıktan sonra ocaktan alınır.

Sarmalar ve Dolmalar

Türk mutfağında patlıcan, biber, domates ve kabak gibi sebzelerden dolma, asma yaprağı, ebegümeci, pazı ve lahanadan sarma yapılır. Isparta yöresinde ise bu gelenek değişmeksizin, dolma ve sarmaların zeytinyağlı ve kıymalı olarak iki türde pişirildiği, iç malzemesinde bulgur tercih edilmekle birlikte pirinç ya da her ikisinin birlikte kullanıldığı görülmektedir.

BİBER DOLMASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 kg Dolmalık Biber
- 1 Su Bardağı Bulgur ya da Pirinç
- 250 gr Kıyma
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Salça
- 1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Karabiber, Kimyon, Nane
- Tuz
- 2 Adet Domates
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Biberler yıkanıp içleri boşaltılır. Bir miktar tuzlu suda 5-10 dakika bekletilir. Doğranmış soğan, kıyma, bulgur ya da pirinç, maydanoz, bir miktar yağ, tuz ve baharatlar yoğrulur. Biberler sudan çıkarılarak hazırlanan iç malzemesi biberlerin içerisine çok sıkı olmayacak şekilde doldurulur, tencereye dizilir. Domatesler halka halka doğranarak biberlere kapak yapılır. Sıvıyağ ve sıcak suda eritilen salça tencereye dökülür. Kısık ateşte 30 dakika kadar pişirilir.

DOMATES DOLMASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 kg Domates
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 250 gr Kıyma
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Salça
- 1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Karabiber, Kimyon, Nane
- Tuz
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Domatesler temizlenip içleri boşaltılır. Doğranmış soğan, kıyma, pirinç, maydanoz, bir miktar yağ, tuz ve baharatlar yoğrulur. Hazırlanan iç malzeme, domateslerin içlerine doldurulur, tencereye dizilir. Sıvıyağ ve sıcak suda eritilen salça tencereye dökülür. Kısık ateşte 30 dakika kadar pişirilir.

ETLİ YAPRAK SARMASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 45 dk

- 1 kg Asma Yaprağı
- 2,5 Su Bardağı Bulgur
- 500 gr Kıyma (Yağlı Tercih Edilir)
- 1 Çorba Kaşığı Domates Salçası
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- İç Yağ (İşkembenin Etrafını Saran Dantel Görünümlü Yağ, Gömlek Yağı da denir)
- 1 Tatlı Kaşığı Karabiber
- Tuz
- 2,5 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Asma yaprağı taze ise 3-4 dakika haşlanır. Salamura ise geceden suya ıslatılıp, sabaha kadar bekletilir, sarma yapılmadan önce 6-8 dakika haşlanır.

Bulgur bir kaba konulur. 1 bardak kaynamış su dökülür, üzeri kapatılır, 3 dakika beklemeye bırakılır. Salça, tuz, karabiber, kıyma, sıvı yağdan oluşan karışım harmanlanarak iç malzemesi hazırlanır.

Yaprak iç malzemesiyle sarılır, tencereye muntazam dizilir. Üstüne iç yağ serilir. 1,5 bardak kaynamış su, sarmaların üzerine dökülür, kısık ateşte pişirilmeye bırakılır. Suyu azaldıkça pişinceye kadar sıcak su ilave edilir. Yoğurtla servis yapılır.

HAŞHAŞLI YAPRAK SARMASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik - Hazırlama Süresi: 45 dk
Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 3 Çay Bardağı Bulgur
- 1 Çay Bardağı Ezilmiş Haşhaş
- Yarım Demet Maydanoz
- Yarım Demet Yeşil Nane (1 Çorba Kaşığı Kuru Nane)
- Yarım kilo Asma Yaprağı
- 1,5 Çay Bardağı Süt
- 1 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz

YAPILIŞI

Bulgur sıcak süt ile kabartılır. Nane ve maydanozlar ince ince doğranır. Kabartılan bulgurun içerisine nane, maydanoz, çekilmiş haşhaş ve tuz eklenir. Hazırlanan bu harçtan sarma sarılarak tencereye yerleştirilir. Üzerini örtecek kadar su eklenerek orta ateşte pişmeye bırakılır. Pişmesine yakın üzerine zeytinyağı ya da isteğe bağlı tereyağı veya sıvı yağ eklenir. Pişen sarmalar 15 dakika kadar demlendirildikten sonra sıcak servis yapılır. Yaprakların ekşi olması için isteğe göre, pişerken dolmaların üzerine limon dilimleri konulabilir.

KABAK DOLMASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 4 Adet Kabak
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 250 gr Kıyma
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Salça
- 1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Karabiber, Kimyon, Nane
- Tuz
- 2 Adet Domates
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Kabaklar yıkanıp ortadan ikiye bölünür, içleri oyularak boşaltılır. Doğranmış soğan, kıyma, pirinç, maydanoz, bir miktar yağ, tuz ve baharatlar yoğrulur. Hazırlanan iç malzeme, kabakların içlerine doldurulur, tencereye dizilir. Domatesler halka halka doğranarak kabaklara kapak yapılır. Sıvıyağ ve sıcak suda eritilen salça tencereye dökülür. Kısık ateşte 30 dakika kadar pişirilir.

KELEM (LAHANA) SARMASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 45-50 dk

- 1 Adet Orta Boy Lahana
- 2 Su Bardağı Bulgur
- 250 gr Kıyma
- 1 Demet Maydanoz
- 2 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Tatlı Kaşığı Kuru Nane
- 1 Çay Kaşığı Karabiber
- 1 Çay Kaşığı Kimyon
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Bulgur, geniş bir kapta sıcak suyla şişirilir. İçerisine kıyma, maydanoz, kuru nane, karabiber, yağ, kimyon, salça ve tuz eklenip iyice karıştırılarak birbiriyle özleştirilir.

Orta boy lahananın yaprakları ayrılarak, mevsimine göre 1-2 gün serilip buruşturulur. Daha sonra kaynamakta olan sıcak suda bir taşım kaynatılarak haşlanır, suyu süzdürülen lahana yaprakları, ortasındaki damardan parçalara ayrılır.

Daha önceden hazırlanan iç malzemeyle sarma gibi dolanarak sıkılır ya da muska şeklinde sarılır ve tencereye dizilir. Üzerine yağla kavrulmuş bir kaşık salça, tuz ve yeterli miktarda suyu eklenerek ateşe konulur. Piştikten sonra dinlendirilerek servis yapılır.

PATATES DOLMASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 kg Patates
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 250 gr Kıyma
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Salça
- 1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Karabiber, Kimyon, Nane
- Tuz
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Patatesler soyularak, içleri boşaltılır. Doğranmış soğan, kıyma, pirinç, maydanoz, bir miktar yağ, tuz ve baharatlar yoğrulur. Hazırlanan dolgu malzemesi patateslerin içlerine doldurulur, tencereye dizilir. Sıvıyağ ve sıcak suda eritilen salça tencereye dökülür. Kısık ateşte 30 dakika kadar pişirilir.

PATLICAN DOLMASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 kg Patlıcan
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 250 gr Kıyma
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Salça
- 1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Karabiber, Kimyon, Nane
- Tuz
- 2 Adet Domates
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Patlıcanlar alacalı soyulur, ikiye bölünür, temizlenip içleri boşaltılır. Doğranmış soğan, kıyma, pirinç, maydanoz, bir miktar yağ, tuz ve baharatlar yoğrulur. Hazırlanan iç malzeme patlıcanların içlerine doldurulur, tencereye dizilir. Domatesler halka halka doğranarak patlıcanlara kapak yapılır. Sıvıyağ ve sıcak suda eritilen salça tencereye dökülür. Kısık ateşte 30 dakika kadar pişirilir.

SOĞAN DOLMASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 5 Adet İri Soğan
- 2 Çay Bardağı Bulgur
- 250 gram İri Kıyılmış Kıyma
- 2 Domates
- 1 Çay Bardağı Su
- Yarım Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 2 Kaşık Salça
- Nane
- Maydanoz
- Karabiber
- Tuz

YAPILIŞI

Soğanlar iki ucundan az miktarda kesilir. Tencereye alınarak, üzerini geçecek kadar soğuk su eklenir ve yaklaşık 15 dakika kaynatılır, soğumaya bırakılır. Haşlanan soğanlar soğuduktan sonra avuç içine alınıp dar kısmından sıkılarak soğanın iç kısımlarının bütün olarak çıkması sağlanır (soğanın her katmanı dolmalık olarak kullanılabilir). Diğer tarafta iç harcı için yağ, kıyma ve 1 kaşık salça kavrulur. Üzerine bulgur ilave edilerek bir iki defa daha karıştırılıp, içine ince doğranmış nane, maydanoz, baharatlar ve 1 su bardağı sıcak su eklenir. Ocaktan alınarak bulgurun kabarması sağlanır. Diğer tarafta dolmanın pişirileceği tencerede sıvı yağ ile salça kavrulur. Katmanlara ayrılan soğanların geniş kısmı üst tarafa gelecek şekilde içleri dolma harcıyla doldurularak tencereye yerleştirilir ve dolmalara kapak olarak daire şeklinde kesilmiş domatesler koyulur. Dolmaların üzerini geçmeyecek kadar ılık su konularak kısık ateşte yaklaşık 20-25 dakika pişmeye bırakılır.

ZEYTİNYAĞLI YAPRAK SARMASI

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 40 dk

- 300 gr Asma Yaprağı
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 2 Adet Domates
- Yarım Demet Maydanoz
- 2 Adet Kuru Soğan
- 2 Diş Sarımsak
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 3 Çorba Kaşığı Zeytin Yağı
- Karabiber
- Tuz
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Asma yaprağı taze ise 3-4 dakika haşlanır. Salamura ise geceden suya ıslatılıp, sabaha kadar bekletilir, sarma yapılmadan önce 6-8 dakika haşlanır.

Doğranmış soğan, sarımsak, maydanoz, pirinç, kuru nane, rendelenmiş domates, sıvı yağ, salça, tuz ve karabiber karıştırılarak iç malzemesi hazırlanır. Hazırlanmış iç yapraklara sarılır ve tencereye dizilir. Üzerine zeytinyağı gezdirilir, su ilave edilir. Hafif ateşte yapraklar yumuşayıncaya kadar pişirilir. Yoğurtla (tercihen sarımsaklı) servis yapılır.

Tahıl Yemekleri

Pilav ve makarnalar, et ve sebze yemeklerinin yanında özellikle tercih edilen yemeklerin başında gelmektedir. Pilavlar, yurdun her yerinde olduğu gibi Isparta'da da pirinç ve bulgurla yapılır. Yörede yapılan pirinç pilavları tavuk veya hindili, sade, salçalı, nohutlu, bezelyeli, patlıcanlı, kıymalı ve kuşbaşılı olarak yapılır. İçine rendelenmiş soğan, domates ve şehriye de konulur. Üzerine nane, dereotu, maydanoz gibi baharatlar ekilerek tatlandırılıp süslenir. Bulgur pilavları da sade, salçalı, domatesli, kıymalı, ciğerli, mercimekli ve nohutlu olarak pişirilir.

AKGELİN PİLAVI

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 2 Su Bardağı Bulgur
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Kızartılmış Kaymak Yağı
- 4 Su Bardağı Sıcak Su
- Tuz

YAPILIŞI

Bir tencere içerisine su, sıvı yağ ve tuz konularak kaynamaya bırakılır. Kaynayınca içerisine bulgur ilave edilerek pişirilir. Biraz dinlendirilerek servis tabağına alınan pilavın üzerine kızartılmış kaymak yağı dökülerek servis yapılır.

ÇOBAN PİLAVI

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Su Bardağı Bulgur
- 4 Adet Sivri Biber
- 1 Adet Kuru Soğan
- 4 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Adet Orta Boy Patates
- 2 Adet Orta Boy Domates
- 2 Su Bardağı Kaynamış Koyun Sütü veya Su
- Tuz

YAPILIŞI

İnce doğranmış soğan yağda kavrulur. Soğan hafif pembeleşince içine doğranmış biber ve bulgur katılarak üç veya dört dakika daha kavrulur. Süt, nohut büyüklüğünde doğranmış patates, kabuğu soyularak ince doğranmış domates ve tuz ilave edilerek pişirilir. Dinlendirildikten sonra servis yapılır.

DOMATESLİ BULGUR PİLAVI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 2 Adet Orta Boy Domates
- 4 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Su Bardağı Bulgur
- 1 Çay Bardağı Haşlanmış Nohut
- 1,5 Su Bardağı Su
- Tuz

YAPILIŞI

Bir tava içerisine konulan yağın üzerine kabuğu soyulmuş domatesler ince şekilde doğranır. Su ve haşlanmış nohut eklenerek ateşe konulur. Kaynamaya başlayınca içine tuz katılıp bulguru salınır. Pilav pişince dinlendirilerek servis yapılır.

DÖVME PİLAVI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 2,5 saat

- 2 Su Bardağı Dövme (Dövülmüş Buğday)
- 1 Çay Bardağı Nohut
- 4,5 Su Bardağı Su
- 500 gr Koyun Eti (Kemiksiz)
- 2 Tatlı Kaşığı Tuz
- 6 Çorba Kaşığı Tereyağı

YAPILIŞI

Dövme ve nohut yıkanır, akşamdan su ile ayrı ayrı ıslatılır. Et kuşbaşıdan biraz daha irice doğranır, nohutla birlikte tencereye konulup, et ve nohut yumuşayıncaya değin yaklaşık 90 dakika pişirilir. Et suyuna sıcak su eklenerek 4,5 su bardağına tamamlanır, et-nohut karışımına eklenir, dövme ve tuz ilave edilerek, dövme yumuşayıp kabarıncaya kadar 50-60 dakika pişirilir, üzerine eritilmiş yağ gezdirilir, 20 dakika dinlendirilir, servis tabağına alınarak, karabiber serpilip, servis yapılır.

EV HAMURAŞISI (TATAR)

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 25 dk

- Yarım kg Hamur Aşı (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 264)
- 3 Çorba Kaşığı Kızarmış Kaymak Yağı
- Bir Kâse Ezilmiş Sarımsaklı Süzme Yoğurt
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Ateş üzerinde kaynamakta olan tuzlu suya hamur aşı eklenir. Tahta kaşıkla birbirine yapışmaması için birkaç kez karıştırılır. Yaklaşık sekiz, on dakika kadar haşlandıktan sonra bir tel süzgeçle süzülerek üzerine bol miktarda soğuk su gezdirilir. Haşlanıp suyu süzülmüş olan hamur aşı tencereye alınır ve üzerini bir parmak geçecek şekilde soğuk su doldurulup ateşe konulur. Suyu parmak yakmayacak kadar ısıtılınca ateşten alınır, bir kaşık kızartılmış kaymak yağı karıştırılarak yoğurtlanır. Kâselere konarak üzerleri kalan kızarmış kaymak yağıyla süslenir.

EV MAKARNASI (ERİŞTE)

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- Yarım kg Ev Makarnası (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 263)
- 3 Çorba Kaşığı Kızarmış Kaymak Yağı
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Önceden pembeleşinceye kadar kavrulmuş makarna, ateş üzerinde kaynamakta olan tuzlu suya katılır. Tahta kaşıkla birbirine yapışmaması için birkaç kez karıştırılır. Yaklaşık on dakika kadar haşlandıktan sonra bir tel süzgeçle süzülerek üzerine bol miktarda soğuk su gezdirilir. Haşlanarak suyu süzülmüş makarnanın içerisine kızartılmış kaymak yağı katılarak karıştırılır. Tencere içerisinde ateş üzerine konularak birkaç kez tahta kaşıkla karıştırılıp ısıtılarak servise hazırlanır.

EK BİLGİ :

Makarnanın içine isteğe göre, kaymak yağı yerine kavrulmuş kıyma veya maydanozlu peynir de kullanılmaktadır.

GÖLLE

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 25-30 dk

- 1 kg Buğday
- 2 Su Bardağı Nohut
- 1 Su Bardağı Ak Fasulye (bazı yerlerde konulur)
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Buğday, ak fasulye ve nohut ayıklanıp akşamdan ıslatılır. Sabah suyu süzülüp yıkandıktan sonra, tüm malzemeler düdüklü tencere içerisine konur ve üzerine sıcak suyu katılıp 25-30 dakika kadar düdüklü tencere içerisinde pişirilir. Gölle ılıdıktan sonra isteğe göre tuz ekerek servis yapılır.

EK BİLGİ :

Gölle, bebeklerin ilk dişi çıktığında, dişleri sırma gibi olsun diye bebeğin annesi tarafından pişirilerek, diş çıkışını kutlamak için davet edilen akrabalar ve komşular eşliğinde yenir.

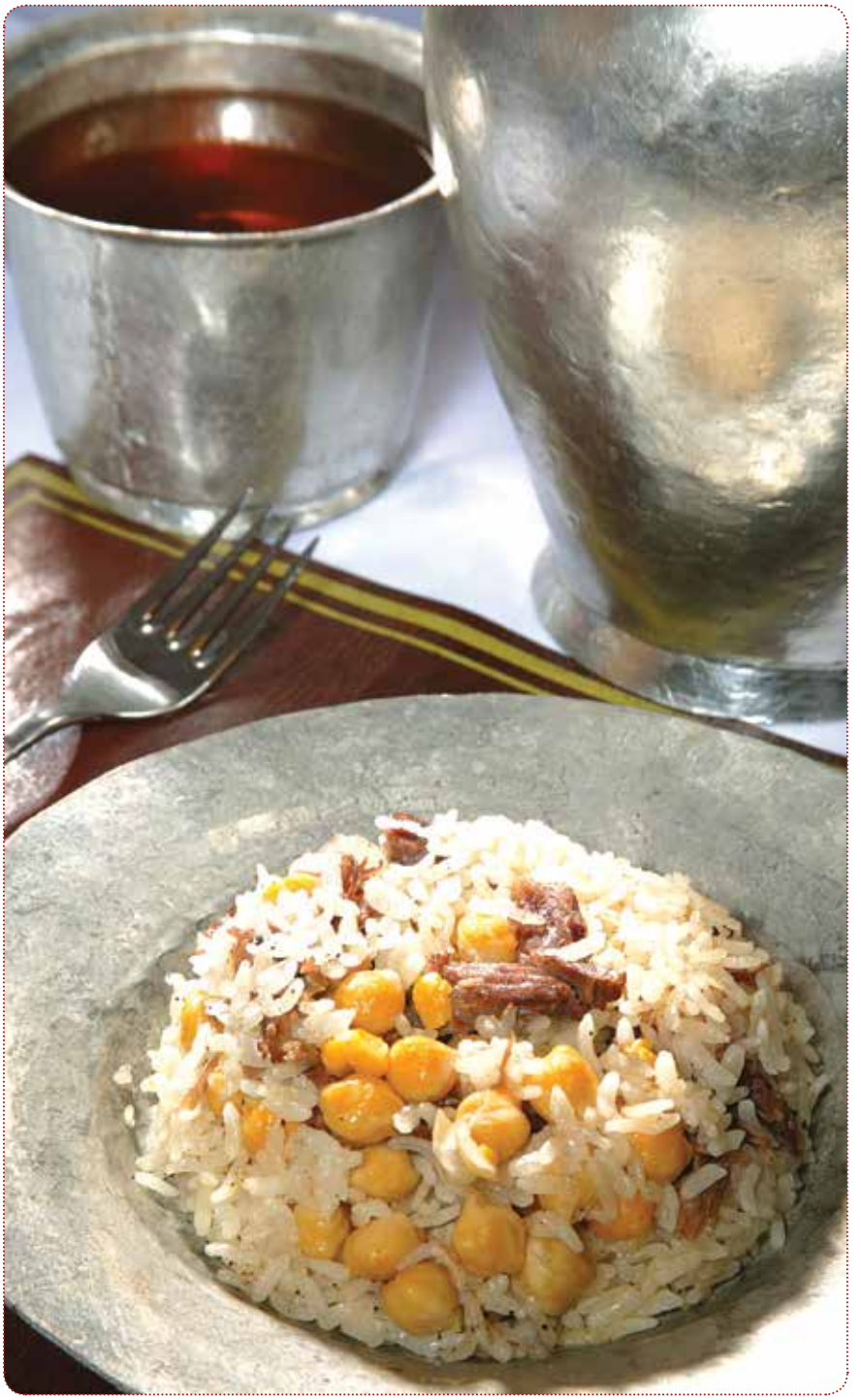
KAKIRDAKLI BULGUR PİLAVI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Kâse Kakırdak (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 251)
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Su Bardağı Bulgur
- 1 Çay Bardağı Haşlanmış Nohut
- Su
- Tuz

YAPILIŞI

Bir tava içerisine konan yağın üzerine kakırdak eklenir. Yeterli miktarda su ve haşlanmış nohut ilave edilerek ateşe konulur. Kaynamaya başlayınca içine tuz katılıp bulguru salınır. Pilav pişince dinlendirilerek servis yapılır.



KABUNE

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 1 Su Bardağı Islatılmış Dolgun Pirinç
- 1,5 Su Bardağı Et Suyu
- 1 Adet Tatlı Kuru Soğan
- 1 Su Bardağı Haşlanmış Nohut
- 1 Kase Haşlanıp Didilmiş Kaburga Eti
- Tuz
- Karabiber
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı

YAPILIŞI

Tatlı soğan halka halka doğranıp karabiber ve tuz ile ovularak bakır bir kazanın altına konulur. Üzerine haşlanmış nohut ilave edilir. Nohudun üzerine önceden hazırlanan, haşlanmış didilmiş kuzu etleri döşenir. Bunun üzerine önceden ıslatılan dolgun pirinç dökülerek, üzerine et suyu ilave edilir ve yüksek ateşte 15 dakika kadar pişirilir. Suyunu çekmiş ve pişmiş olan pirinci ocaktan indirmeden önce üzerine kızartılan tereyağı dökülür. Daha sonra ocaktan indirilerek dinlendirmeye alınır. Geniş bir servis tepsisine tencere ters çevrilerek boşaltılır. Et ve nohut üste gelecek şekilde karabiber dökülerek servis yapılır.

HİKAYESİ:

Yıllar önce, küçük Isparta şehrinde gelin ile kaynana gezmeye giderler, akşam saati olup eve geç kalınır ve hazırda bir yemek yoktur. Kaynana telaşlanır. "Gelin ne yapacağız?" diye sorar. Gelin de "merak etme ana hemen hallederim" der. "Mutfakta tel dolabın içerisinde bir gün öncesinden kalan haşlanmış etli nohut yemeği vardır. Hemen soğan doğrayıp bir kazana koyar, üzerine et ve nohudu ilave eder. Pirinç ve et suyunu da ilave ettikten sonra sacayağında üzüm asmasının çırpısı ile 15 dakika pişirerek kapağı ile birlikte yemek tablası olarak kullanılan sininin üzerine bakır kazanı koyar. Akşam yemeğinde kaynana ve kaynata sulu yemek beklemektedir. Kapağı ilk açan kaynana gördüğü pirinç pilavının şaşkınlığı ile "gı bu ne?" der ve bu pilav o günden bu güne çabuk pişmesi ve doyurucu olması nedeniyle günümüze kadar düğün, mevlit ve toplu yemeklerde verilmeye başlanır. İsmi de "Kız bu ne?" anlamına gelen "Gıbune" pilavı günümüze kadar "Kabune Pilavı" olarak ismi değişerek gelmiştir.

Kabune Pilavı, Isparta' da özel günlerin (düğün, mevlit, kandil geceleri vb.) vazgeçilmez ikramıdır. Merkezde bulunan lokantalarda da pişirilen Kabune, tadına bakılması gereken meşhur bir yemek türüdür. Hazımsızlık etkisi yaratmaz ve doyurucudur.

MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-30 dk

- 1 Su Bardağı Yeşil Mercimek
- 1 Su Bardağı Ev Bulguru
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Su

YAPILIŞI

Sıvı yağ ve tereyağı derin bir tencerede eritilir. İçine bulgur salınır, bulgur yağa yedirilir. Yağa yedirilen bulgurun içine mercimek ilave edilir. Biraz karıştırılır. İçine, karışımın üstüne çıkacak şekilde su ilave edilir. Tahta bir kaşıkla sürekli karıştırılır.

Dikkat edilmesi gereken husus, aşın üstü sulu iken tencerenin dibini tutmaması (yanmaması) için devamlı karıştırılması, üzeri biraz sulu iken tencerenin ateşinin söndürülmesi ve kendi sıcaklığı ile suyunun çekilmesinin beklenmesidir. Pişen mercimekli bulgur aşı yenilirken goruk suyu, patlıcan turşusu ve mevsime göre üzüm turşusu ile beraber yenilmesi tavsiye edilir.

EK BİLGİ:

Özellikle kış aylarında büyük kara dığanlarda (büyük tencere) ateşte pişirilerek patlıcan turşusu ile beraber yenilmektedir.

MERCİMEKLİ SULU AŞ

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 1,5 Su Bardağı Yeşil Mercimek
- 1 Çay Bardağı Ev Bulguru
- 2 Çorba Kaşığı Salça
- 3-4 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Su
- Tuz

YAPILIŞI

Mercimek ayıklanarak yıkanır. Tencerenin içine mercimek ve yeterli miktarda su konularak kaynatılır. Küçük bir tavada yağ ve salça kavrularak haşlanmış mercimeğin içine bulgurla beraber katılır. 20 dakika pişirildikten sonra dinlenmeye bırakılır. Kâselere konularak sıcak servis yapılır.

SENİRKENT USULÜ KEŞKEK

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 10 saat

- 4 Su Bardağı Aşurelik Buğday (Dövme)
- Yarım kg Et
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 2 Çorba Kaşığı Kaymak Yağı

YAPILIŞI

Tencerede kaynayan sıcak suya buğday batırılarak pişirilir. Yarım saat kısık ateşte pişirmeye devam edilir. Kaynamış olan tencerenin kapağı kapatılıp, üzeri örtü ile örtülür. Tandırın sıcağı ile buğday bir gece pişmesi için bekletilir (demlenme). Sabah tencerenin üzeri açılıp karıştırılır, bakır bir leğene alınır. Pişmiş haşlanmış et didilerek buğdayın içine katılır. Haşlanan etin suyundan da ilave edilerek tekrar karıştırılır. Biraz daha dövülür yemek için tabaklara alınır. Yağlar bir tavada kızartılır, tuz ilave edilip tabaklara boşaltılan keşkeklerin üzerine dökülür, isteğe göre karanfil veya kekik gibi baharatlar ilave edilebilir.

EK BİLGİ :

Senirkent yöresinde Muharrem ayında Beşir Dede türbesinde aşure ve keşkek yapılarak dağıtılır.

SÜLÜK AŞI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 1,5 Su Bardağı Un
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Kırmızı Toz Biber
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Un, su ve tuz ile yumuşak bir hamur yoğrulur. Hamurdan ince rulolar yapılıp 5' er cm uzunluğunda parçalar bölünerek tepsiye dizilir. Diğer taraftan su kaynatılarak hamur parçaları suyun içine atılır. Pişince suyu süzülerek üzerine soğuk su gezdirilir ve tabağa alınır. Üzerine salçalı biberli tereyağı dökülerek servis yapılır.

TAVUKLU PİRİNÇ PİLAVI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Adet Haşlanmış Tavuk
- 2 Su Bardağı Pirinç
- 1 Çay Bardağı Şehriye
- Tuz
- 3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Su

YAPILIŞI

Yayvan bir tencere içine sıvıyağ ve tereyağı eklenerek ateşe konulur. İçine şehriye dökülerek pembeleşinceye kadar kavrulur. Önceden ayıklanıp yıkanan hazır haldeki pirinç ilave edilerek kavrulur. Dört su bardağı su ve tuz eklenerek pişirilir. Ağzı, hava almaması için sıkıca kapatılarak dinlendirilir. Üzerine haşlanmış tavuk konularak servis yapılır.

EK BİLGİ :

Pilav, isteğe göre su yerine tavuk suyuyla da pişirilebilir.

TEVEK AŞI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Adet Orta Boy Yemek Tabağı Kurutulmuş Asma Yaprağı
- 2 Su Bardağı Bulgur
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Çorba Kaşığı Salça
- 1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Yeterli Miktarda Su

YAPILIŞI

Kurutulmuş asma yaprakları elde parçalanarak, tencerede kaynamakta olan suya atılır ve 10-15 dakika kadar haşlanır. Bulgur ilave edilerek suyu çekilinceye kadar pişirilir. Bu arada ayrı bir tavada küp küp doğranmış soğanlar sıvı yağda kavrulduktan sonra salça eklenerek biraz daha kavrulmaya devam edilir. Hazırlanan soğanlı karışım pişmiş olan bulgurlu asma yapraklarının üzerine dökülür, karıştırdıktan sonra sıcak servis yapılır.

YALVAÇ USULÜ KEŞKEK

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 10 saat

- 4 Su Bardağı Kepeksiz Dövme Buğday
- 1 Su Bardağı Nohut
- Tuz
- Su
- Yarım kg Yöresel Pastırma (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 252) (ya da 1,5 kg Kemikli Et)

YAPILIŞI

Çömleğin tabanına pastırma konulur. Bir gün önceden ıslatılmış buğday ve nohut ilave edilir. Tuz atılır. Çömlek ağzına kadar su ile doldurulur. Kapağı kapatılır. Kapak kenarları hamur ile sıvanır (hava alması engellenir). Akşam saatlerinde ateş yanmayan sıcak fırına konulur. Sabah erken saatlerde fırından alınır. Sıcak sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ :

Keşkek adının gelişi hakkında rivayetler vardır. Anlatılan bir rivayet şöyledir:

Asıl adı Kutlugün olan Keşkek Baba, Orta Asya'dan göç edip anayurdumuza gelen Türk boylarından asil bir boya sahip kimsedir. Salur boyundan olan Kutlugün, kırk kişilik ailenin en gencidir. Yeni evlidir. Yollarda çok kişi ölmüş ve 4 yaşlarında yeğeni Eymir, hamile olan eşi Hacer'le tek başlarına kalmışlardır. Sırtlarındaki tek azık torbasıyla Eymir ırmağı kenarına gelebilmişlerdir. Üçü de çok perişan ve açlıktan bitkin durumdadırlar.

Eymir ve Salur civarlarında konaklayan üç kişilik göç kafilesi, alacakaranlıkta torbalarındaki son kalıntılarla açlıklarını giderebilmek için kırık çanaklarına ne varsa boşaltırlar ve Eymir suyundan içine katarak ateşe koyup, pişmesini beklerler. Hazırlanan yemeğin içinde ezilmiş buğday, bir parça kurumuş tuzlu et, bir miktar nohut, mercimek ve kuru fasulye bulunmaktadır. Hepsi de çok yorgun oldukları için oracıkta uyuyup kalırlar. Ertesi sabah gün doğduğunda Hacer uyanır. Ocaktaki yemeğin kabardığını görür ve hemen ağaçtan bir kabuk koparıp karıştırır. Sonra tadına bakar ve mırıldanır: "Aman Allah'ım, bu ne böyle, hepsi de mükemmel pişmiş, hılt haşgeş olmuş, keşkeş gibi" der. Hemen Kutlugün'ü kaldırır. Ağzından mırıltılarla çıkan sözleri ona söyleyerek: "Bey... Bey... gel bak! Keşkek gibi olmuş. Hepsi iyiden iyiye pişmiş" der.

Kutlugün uyanınca gerçekten de yemesi hoş olan bu yemeği çok beğenir ve karısına dönerek: "Benim melek hatunum. Bu güzel yemeği, Tanrının lütfuyla taam edelim ve adını senin dediğin gibi Keşkek koyalım. Bu bizim buluşumuzdur" der.

Hacer "Olur beyim, yiğit beyim, bu buluş senindir. Mademki senin adını da, Keşkek Baba koyalım" diyerek fikrini belirtir. O günden bu güne kadar keşkek severek yenilmektedir.

Yumurtalılar

Ülkemizde hemen hemen her yörede olduğu gibi Isparta'da da yumurta ile yapılan yemek çeşidi çoktur. Özellikle domates ve biber gibi sebzelerle yapılan yumurtalı yemekler, bunun yanı sıra yoğurt veya et ile pişirilerek de yapılmaktadır.

ÇILBIR (ÇİLBİR)

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk

- 5 Adet Yumurta
- 1 Kase Ezilmiş Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
- Su
- Tuz

YAPILIŞI

Yumurtalar, bozuk çıkma durumuna karşı başka bir kaba dağıtmadan kırılır. Küçük bir tavaya su konur ve yeterli miktarda tuz ekilerek kaynatılır. Kaynayan suya yumurtalar katılarak pişirilir, yoğurdun kesilmemesi için biraz soğutulur. Bir tabak içerisine dizilen pişmiş yumurtaların üzerine ezilmiş süzme yoğurt dökülüp, kızartılmış kaymak yağıyla süslenerek servis yapılır.

EK BİLGİ:

İsteğe bağlı olarak kaynayan suyun içerisine 1 çorba kaşığı sirke de ilave edilebilir.

KURU BİBERLİ MENEMEN

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 25 dk

- 1 Servis Tabağı Dolusu Kuru Sivri Biber
- 4 Adet Domates
- 3 Adet Orta Boy Kuru Soğan
- 4 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 4 Adet Yumurta
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Kuru biberler haşlanarak suyu süzülür. Tavaya yağ eklenerek küçük doğranan soğanlar biraz kavrulduktan sonra biberler eklenir ve kavrulur. Soğan ve biberler biraz kavrulduktan sonra üzerine kabuğu soyulmuş domates eklenip kavrulmaya devam edilir. Karışım kavrulduktan sonra içine üç yumurta kırılarak katı veya az pişmiş kıvamda pişirilerek servis yapılır.

PATATESLİ KAYGANA

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 500 gr Patates
- 3 Adet Yumurta
- 1 Tatlı Kaşığı Tuz
- 1 Çay Kaşığı Kırmızı Biber
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Çay Bardağı Un
- 1 Çay Kaşığı Karabiber
- Kızartmak için Sıvı Yağ

YAPILIŞI

Kabukları soyulmuş, yıkanmış patatesler bir kap içine rendelenir. Kıyılmış maydanoz, un, tuz, yumurta ve baharatları katılıp kaşıkla ezerek karıştırılır. Tavaya yağ koyarak, kızdırılır. Karışım kızgın tavaya konulup bir tarafı kızarınca diğer tarafı çevrilip kızartılır.

SAHANDA YOĞURTLU YUMURTA OTURTMASI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 10 dk

- 6 Adet Yumurta
- 4 Çorba Kaşığı Süzme Yoğurt
- 1 Çorba Kaşığı Kaymak Yağı
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı

YAPILIŞI

Tavada tereyağı eritilerek hafif kızartılır. Yumurtalar tavada kızartılmak için kırılır ve fazla karıştırılmadan pişirilir. Ayrı bir kapta ezilmiş olan yoğurt üzerine tavadaki yumurtalar parçalanmadan boşaltılır. Başka bir tavada kızartılan kaymak yağı yemeğin üzerine eklenerek isteğe göre kekik, nane ilave edilir servis yapılır.

SIZGIÇLI YUMURTA

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk

- 1 Kase Sızgıç (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 253)
- 4 Adet Yumurta
- Tuz

YAPILIŞI

Sızgıç, küçük bir tavada eritilir. Tuzu az ise tuz ekilip, içerisine yumurtalar kırılır. Yumurtaların beyazı pişince ocaktan alınıp sıcak olarak servis yapılır. İstenirse üzerine karabiber dökülür.

SOĞANLAMA

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk

- 5-6 Adet Yumurta
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Demet Yeşil Soğan
- Yarım Limon Suyu
- 3 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- Tuz

YAPILIŞI

Yumurtalar katı olarak pişirilip kabukları soyulur. Geniş bir kâse içine, küp şeklinde doğranır. Soğan ve maydanoz ayıklanıp yıkanarak başka bir kabın içine incecik doğranır. Tuzu, yağı ve limonu ilave edilerek iyice harmanlanıp yumurtaların üzerine dökülür. Yumurtaları dağıtmadan karıştırılarak servis yapılır.

SOĞANLI YUMURTA

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 20 dk

- 4 Adet Orta Boy Soğan
- 4 Adet Yumurta
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Pul Biber
- Karabiber
- Tuz

YAPILIŞI

Piyazlık doğranan soğanlar tavaya alınır. Yağ ilave edilir ve soğanlar yumuşayıncaya kadar kavrulur. Üzerine yumurtalar kırılır. Tuz ilave edilip birkaç defa karıştırılır ve ocaktan alınır. Tavanın kapağı kapatılarak 10 dakika dinlendirilir. Pul biber ve karabiber ekilerek servis yapılır.

YUMURTA MIHLAMASI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15-20 dk

- 250 gr Kıyma
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2-3 Adet Yeşil Biber
- 1 Adet Domates
- 3-4 Adet Yumurta
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz
- Karabiber

YAPILIŞI

Kıyma yağda biraz kavrulduktan sonra, ince doğranmış soğan ilave edilerek kavrulmaya devam edilir. Küçük doğranmış yeşilbiber, domates, tuz ve karabiber eklenerek bir müddet daha kavrulur. Daha sonra tencerenin içinde yumurtalar için açılan küçük yuvalara, yumurtalar kırılır ve kısık ateşte pişirilip, servis yapılır.

Salatalar

Yörede, yurdun her yerinde olduğu gibi domates, biber, soğan, marul, maydanoz, nane, limon, turp ve havuçtan salata yapılmakla birlikte bunlardan sadece bir kaçı bir araya getirilerek de salata yapılmaktadır. Bol soğanlı ve haşlanmış kuru fasulyeden yapılan salataların üzerine limon sıkılıp sumak serpilir. Ayrıca kuzukulağı, haşhaş bitkisinin filizleri ve tere yıkanarak yufka ekmeği ile yenilir.

ÇOBAN SALATASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk

- 1 Adet Kuru Soğan
- 4 Adet Domates
- 2 Adet Sivri Biber
- 1 Adet Salatalık
- Tuz
- Zeytinyağı
- 1 Kahve Fincanı Sirke veya Limon Suyu

YAPILIŞI

İnce şekilde doğranmış soğanlar tuzla ovularak diriliğinin gitmesi sağlanır. Soğan yıkanarak hazır hale getirilir. Salatalıklar, biberler, domatesler normal kalınlıkta doğrandıktan sonra bütün malzemeler karıştırılır. Karışıma tuz, sirke ve zeytinyağı konularak ezdirmeden çatalla karıştırılıp servise hazırlanır.

DOMATES SALATASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Hazırlama Süresi: 10 dk

- 3 veya 4 Adet Domates
- 2 Adet Kuru Soğan
- 4 Adet Sivri Biber
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Çorba Kaşığı Sirke veya 1 Limon
- 2 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- Tuz

YAPILIŞI

Kabukları soyulan domatesler, küp şeklinde normal büyüklükte derin bir kâse içerisine doğranır. Üzerine, ince şekilde doğranmış soğanlar, önceden ayıklanıp yıkanarak incecik doğranmış maydanoz, doğranmış biber, tuz, zeytinyağı ve sirke katılarak karıştırılıp servise hazır hale getirilir.

KÖZLENMİŞ PATLICAN SALATASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Hazırlama Süresi: 20 dk

- 3 Adet Orta Boy Közlenmiş Patlıcan
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Adet Domates
- 3 Adet Közlenmiş Yeşil Biber
- 2 Diş Közlenmiş Sarımsak
- Tuz
- 1 Çorba Kaşığı Limon Suyu
- 2 Çorba Kaşığı Zeytinyağı

YAPILIŞI

Közlenmiş patlıcan ve biberlerin kabukları soyularak, geniş bir kâse içine küçük küçük doğranır. Küçük küp şeklinde doğranmış domatesler ve ezilmiş sarımsak eklenir. Soğan incecik doğranıp tuzla ovularak yıkanır ve suyu süzdürülünce kâsedeki malzemelere ilave edilir. Tuzu, yağı ve limonu katılıp iyice harmanlanarak salata servis yapılır.

MARUL SALATASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk

- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Büyük Kök Marul
- 1 Küçük Boy Kırmızı Lahana
- 1-2 Adet Orta Boy Havuç
- Limon Suyu
- Tuz
- 4 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- 1 Fincan Sirke

YAPILIŞI

Marul ayıklanarak geniş bir kapta sirkeli suda beş veya on dakika kadar bekletilerek yıkanır. Soğan incecik doğranıp tuzla ovularak yıkanır ve suyu süzdürülür. Havuçlar soyularak geniş bir kase içine rendelenir. Üzerine marul ve lahana doğranarak diğer malzemeler de ilave edilip harmanlanır. Zeytinyağı, tuz ve bolca limon suyu eklenerek karıştırılır, servis yapılır.

PATATES SALATASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Hazırlama Süresi: 30 dk

- 3 Adet Orta Boy Patates
- 1 Adet Kuru Soğan ya da 3-4 Dal Taze Soğan
- 2-3 Adet Yeşil Biber
- 1 Adet Kırmızı Biber
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Tatlı Kaşığı Kırmızı Pul Biber
- Zeytinyağı
- Tuz
- Limon Suyu

YAPILIŞI

Patatesler suda haşlanarak kabukları soyulur. Geniş bir kâse içine küp küp doğranır. Ayıklanıp yıkanmış maydanoz, biber, marul incecik doğranarak kâseye eklenir. Soğan ince şekilde doğranıp tuzla ovularak yıkanır ve suyu süzdürülünce kâsedeki malzemelere ilave edilir. Tuzu, yağı, limonu ve kırmızı pul biberi katılıp iyice harmanlanıp servis yapılır.

SEMİZOTU SALATASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Hazırlama Süresi: 30 dk

- 1 Demet Semizotu
- 1 Kase Süzme Yoğurt
- 1 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- Tuz

YAPILIŞI

Semizotu ayıklanarak iyice yıkanır. Elle küçük parçalara ayrılarak bir kasenin içerisine alınır. Yoğurt, sıvıyağ ve tuz başka bir kabın içinde karıştırılarak, semizotunun üzerine dökülür. Tekrar karıştırıldıktan sonra servis yapılır.

EK BİLGİ:

Yaz aylarında serinlemek amacıyla makarna ve pilav gibi yemeklerin yanında yenilir.

SOĞAN SALATASI

MALZEMELER

6-8 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk

- 5 Adet Kuru Soğan
- Yarım Demet Maydanoz
- 1 Çorba Kaşığı Sumak
- 1 Tatlı Kaşığı Kırmızı Pul Biber
- 2 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- Tuz
- Limon Suyu

YAPILIŞI

Soğanlar soyularak, yarım halka şeklinde incecik doğranır. Tuzla ovularak yıkanıp suyu süzdürülür. Geniş bir salata kâsesine konularak üzerine ince kıyılmış maydanozlar ve diğer malzemeler de ilave edilerek iyice harmanlanıp servise hazır hale getirilir.

EK BİLGİ:

Soğan salatası genellikle et yemeklerinin yanında tüketilir.

Soğan Hikayesi:
Yakalı Memet Hastalanır. Bir süre yataktan kalkamaz. Hastalığını duyan komşu köydeki arkadaşı ziyaretine gelir. Yatağının başında:
– "Len Memet seni hasta dediler. Geçmiş olsun. Bak ben sana portugal getirdim. Galkta ye, gözün gönlün açılır. Vay galebecik vay." Der.
Yatağın baş tarafında oturan Memet'in kardeşi hemen cevap verir:
– "Get hey kardeşim, yastığının altında yumruk gibi soğan duruyo, onu bile yemiyo, sen ne diyon." Der.

TURP SALATASI

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Hazırlama Süresi: 10 dk

- 2 Adet Beyaz Turp
- 2 veya 3 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- 2 Kibrit Kutusu Büyüklüğünde Sırma (Bkz. Kış Hazırlıkları Sayfa 269)
- 1 Fincan Su
- Tuz

YAPILIŞI

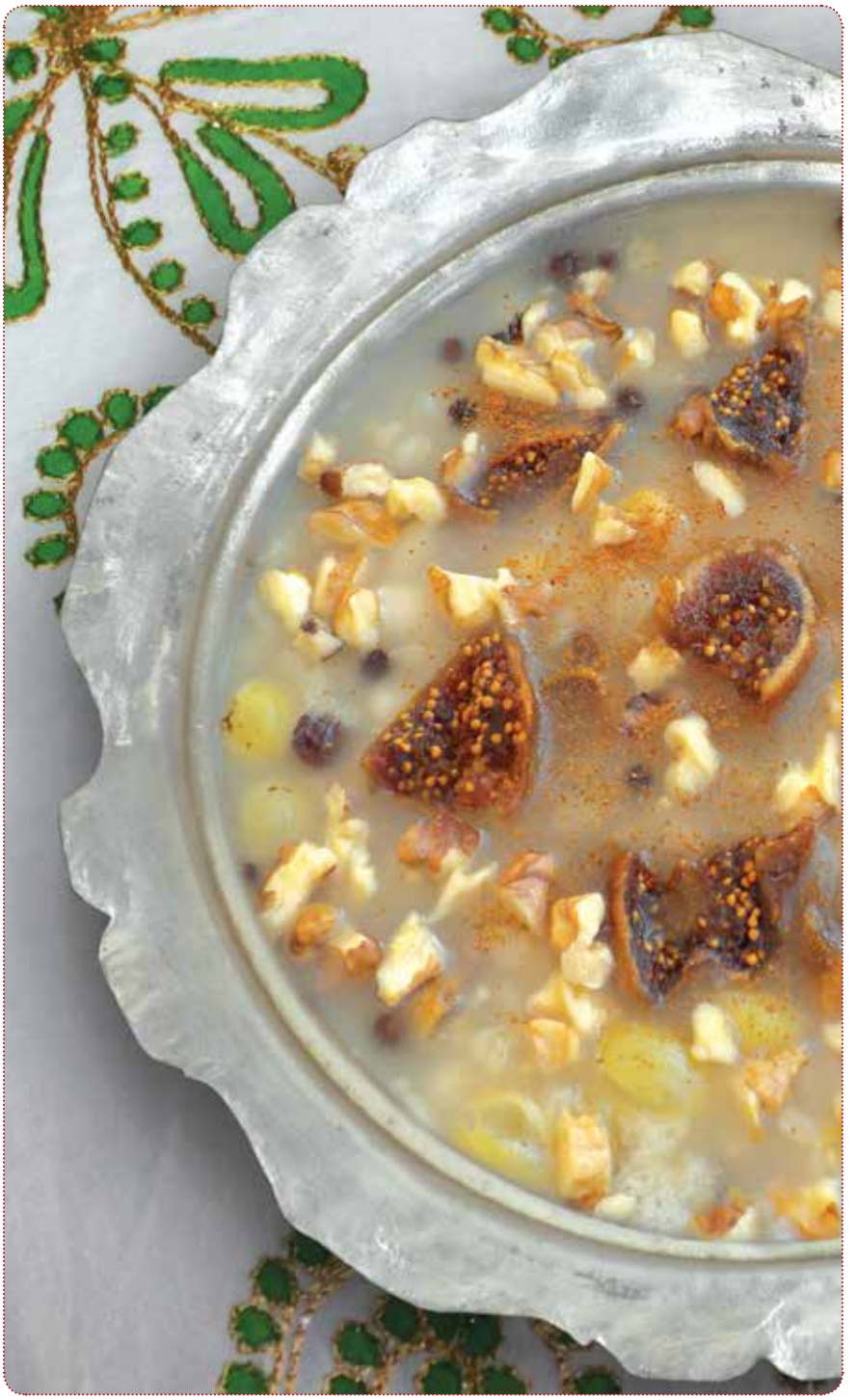
Sırma küçük parçalar halinde doğranıp, bir fincan ılık suda ıslatılıp eritilir. Turplar soyulup rendelenerek, elde suyu sıkıldıktan sonra geniş bir kâse içine konulur. Üzerine tuz, yağ ilave edilip iyice harmanlandıktan sonra servis tabağına alınır ve hazırlanan sırma sosu üzerine gezdirilir.

Tatlılar

Isparta bölgesinde ana malzemesi hamur, su, süt, pekmez, irmik, haşhaş ve kabak olmak üzere değişik türlerden tatlılar yapılmaktadır.

Tüm yurtta yapılan, baklava, kadayıf, sarı burma ve un helvası gibi hamur tatlıları bu yörede de çok yaygın olarak yapılmaktadır. Baklavalar sade yapılmakla birlikte, peynirli, cevizli, fıstıklı, kesmikli çeşitlerinin yapıldığı da görülmektedir. Bunların yanı sıra diğer hamur tatlıları ise samsa, şekerleme, tosmankara ve lokmadır.

Sütlaç, güllaç, muhallebi, pelte, su peltesi, zerde ve höşmerim yapılan başlıca su ve süt tatlılarıdır. Türk mutfağının geleneksel tatlısı aşure ve kabak tatlısı sevilerek yapılan tatlılar arasında yer alır. Yöreye özgü diğer tatlılar, İrmik helvası, haşhaş helvası, saksağan (karga beyni), köpük helva ve derdimi alandır.



AŞURE

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 12 saat

- 2 Su Bardağı Buğday (Aşurelik)
- 1 Su Bardağı Nohut
- 1 Su Bardağı Kuru Fasulye
- 1 Su Bardağı Kuru Üzüm
- 1 Su Bardağı İncir
- 1 Su Bardağı Kuru Kayısı
- 4 Su Bardağı Şeker
- 10-15 Su Bardağı Su
- 1 Küçük Fincan Gül Suyu
- 1 Küçük Dal Yapraklı Yaban Mersini

Süslemek için:

- İri Kıyılmış Ceviz
- Dolmalık Fıstık
- Tarçın
- Nar Taneleri (kış mevsimi ise)
- Gül Yaprakları (yaz mevsimi ise)

YAPILIŞI

Buğday, fasulye, nohut ve kuru üzüm yıkanıp ayrı kaplarda bir gece önceden ıslatılır. Ertesi gün buğday süzülüp büyük bir tencereye alınır. 10-15 su bardağı su eklenir, kaynarken üzerinde biriken köpük, kevgirle alınarak yaklaşık 30 dakika kaynatılır. Fasulye ve nohut süzülerek ayrı kaplarda haşlanır. Yıkanıp küp küp doğranmış kuru kayısılar üzerini kaplayacak kadar su ve 1/2 su bardağı şeker konulmuş küçük bir tencerede haşlanır. Haşlanan kayısılar delikli kepçe ile bir tabağa alınarak bekletilir. Yıkanmış kuru üzümler aynı şerbetin içine katılıp haşlanır. Delikli kepçe ile kayısıların bulunduğu tabağa ilave edilir. Öte yanda kuru incirler yıkanıp küp küp doğrandıktan sonra bu defa şekersiz su içerisinde haşlanır ve daha önce haşlanan kuru meyvelerin içine katılır. Küçük tencerede kalan az miktardaki şekerli su karardığı için dökülür.

Buğday taneleri iyice yumuşayıncaya kadar yaklaşık 4-5 saat kısık ateşte ara sıra karıştırarak pişirilir. Buğdayın suyu un çorbası kıvamına gelmek üzereyken nohut ve kuru fasulye eklenir ve iyice kaynatılır. Ardından sırasıyla haşlanmış olan kuru üzüm ve kuru kayısıyı ilave edilip karıştırılarak birkaç taşım kaynatılır. Son olarak şeker eklenip 5-10 dakika daha kaynatıldıktan sonra incirler katılır ve bir taşım kaynatıldıktan sonra, ateşten alınır. İsteğe bağlı olarak içerisine 1 küçük fincan gülsuyu ve 1 dal yaban mersini ilave edilir.

Sıcakken kâselere konulan aşurenin üzerine tarçın, kırık ceviz, dolmalık fıstık ve mevsimine göre nar taneleri ya da gül yaprakları konularak süslenir. İsteğe ve ekonomik duruma göre malzemeler azaltılıp çoğaltılabilir.

BULAMAÇ TATLISI

MALZEMELER

4-6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 3-5 dk
Pişirme Süresi: 15 dk

- 2 Su Bardağı Su
- 1 Çorba Kaşığı Toz Şeker
- 1 Çorba Kaşığı Un

Üzeri İçin:

- 1 Çay Bardağı Ceviz
- 1 Çorba Kaşığı Tereyağı

YAPILIŞI

Su, şeker ve un bir kapta unun pütürleri gidene kadar çırpılır. Ocağa alınıp ağır ağır karıştırılarak göz göz oluncaya kadar pişirilir. Sıcakken üzerine tereyağı kızdırılıp dökülür. Kâselere alınan bulamacın üzeri cevizle süslenerek servis yapılır.

CEVİZ BAKLAVASI

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 2 – 2,5 saat
Pişirme Süresi: 50 dakika

Hamuru:
- 2 Su Bardağı Süt
- 1 Su Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Fincan Sirke
- 2 Yumurta
- 1 Fiske Tuz
- Un

İçi:
- Havanda Dövülmüş Ceviz İçi

Şerbeti:
- 2 kg Toz Şeker
- 2 Litre Su
- 1 Limon

YAPILIŞI

Süt, yağ, sirke, yumurta ve tuz çırpılıp içerisine aldığı kadar un konularak kulak memesi yumuşaklığında hamur yoğrulur. Baklava yufkalarının daha iyi açılması için, hamur akşamdan yoğrularak buzdolabında dinlendirilir. Hamurdan küçük bezeler yapılır ve yumuşak kalması için temiz poşet arasına konulur. Bezeler tek tek unla yufka halinde incecik açılır. Açılan yufkaların, ağızda kil gibi dağılması için, oklava üzerinde biraz buruşturularak yere serilir. Baklava sinisi yağlanır ve üzerine yere serilen yufkalardan iki tanesi üst üste döşenerek dövülmüş ceviz içinden serpilir. En üste gelecek üç yufka arasına ceviz içi ekilmeden döşedikten sonra, baklava dilimi şeklinde dilimlenir. Üzerine kaşıkla veya kepçeyle yağ dökülerek, önceden ısıtılmış fırında veya mahalle fırınında üzeri kızarıncaya kadar pişirilir.

Şerbeti için toz şeker, tencere içerisine dökülür ve üzerine su eklenerek ateşe konulur. Kaynamaya başlayınca şerbetin şekerleşmemesi için, içerisine sıkılmış bir limon suyu katılarak bir taşım kadar kaynatıldıktan sonra ateşten alınarak ılımaya bırakılır.

Baklava soğuduktan sonra önceden hazırlanan ılık şerbet üzerine dökülür.

CEVİZ HELVASI

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 3-5 dk
Pişirme Süresi: 15 dk

- 2 Su Bardağı Dövülmüş Ceviz
- 2 Çorba Kaşığı Un
- 2 Su Bardağı Pekmez
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Tencere içine ceviz, un, pekmez, su katılıp, ateş üzerine konularak kaynayıncaya kadar sürekli karıştırılır. Muhallebiden biraz daha katı kıvamına gelince ocaktan indirilip tepsiye dökülerek kaşıkla yayılır. Tepsiye helvanın yapışmaması için tepsinin tabanına pudra şekeri serpilir. Donması için, yaklaşık bir saat kadar bekletilerek dilim halinde kesilerek servis yapılır.

ÇAKAL HELVASI

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Pişirme Süresi: 1-2 saat

- 2 Litre Pekmez
- 1 kg Ezilmemiş Tane Haşhaş
- Yarım kg Un (Aldığı Kadar)

YAPILIŞI

Büyük bir tencere içerisine pekmez konulur. Kaynamaya başladığında haşhaş ilave edilir. Ağır ağır karıştırılarak koyulaşıncaya kadar kaynatılır. Kıvamını anlamak için bakır bir tabağa birkaç damla bu karışımdan damlatılarak serin bir yerde 5 dakika bekletilir. Bir çekişte bulaşmadan kalkıyorsa kıvamı olmuş demektir, un azar azar dökülüp karıştırılır. Ocağın altı kapatılır. Geniş bir tepsiye iki parmak kalınlığında un dökülür. Dökülen unun üzerine pekmezli haşhaş karışımı ağır ağır ilave edilir. Kış mevsimi ise dışarıda açık havada donması beklenir. Yaz günü ise derin dondurucuda yaklaşık bir iki saat donması beklenir. Haşhaş taşının üzerine bir parça helva alınıp, çekiç una batırılarak dövülmeye başlanır. Haşhaş taneleri ezilerek helvayı yenecek kıvama getirir. Küçük parçalardan parmak şeklinde rulolar yapılarak un serpilmiş tabağa sıralanır.

EK BİLGİ:

Senirkent ilçesinde Direşgeş Helvası da denilen bu tatlı, özellikle sonbaharda pekmez zamanı ve kışın yapılan yöresel bir tatlıdır. Bu tatlının patenti, Kebapçı Kadir lokantası tarafından alınmıştır.

GÜLLAÇ

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1,5 saat
Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Paket Güllaç
- 2 Litre Süt
- 3 Su Bardağı Toz Şeker

Kesmik İçin:

- 5 Litre Süt
- 2 Çorba Kaşığı Yoğurt Suyu

YAPILIŞI

Kesmiği hazırlamak için 5 litre süt kaynatılır. Sütün içine limon suyu ve yoğurt suyu ilave edilir. Kaynamış süte limon sıkıldığı anda süt kesilecektir (yani, bir kısmı katı, bir kısmı da sıvı olacaktır). Bu karışım tel süzgece dökülür. En az 1 saat burada bekletilip, suyunun iyice süzülmesi beklenir. Suyu süzülen kesmik bir kâseye konulup, içine 6 çorba kaşığı şekeri eklenir. Kesmikle şeker iyice karıştırılır.

Her bir güllaç yaprağı makasla üçgen şeklinde sekiz parçaya kesilir. Bir tepsinin içinde ılık süt ile ıslatılır. Temiz bir bez üzerine alınarak üzerine kesmik konulur. Sigara böreği gibi sarılır, bir tepsiye yerleştirilir. 2 litre süt ve 3 su bardağı toz şeker ile hazırlanan şerbetin bir kısmı üzerine dökülür. Ocak üzerinde tepsiyi çevirerek 15-20 dakika hafif ateşte pişirilir. Ocaktan alınır, kalan şerbet üzerine dökülür. Soğuduktan sonra servis yapılır.

EK BİLGİ :

Güllaç halk arasında "Ölü Kefeni" olarak da adlandırılır.

DERDİMİ ALAN

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Pişirme Süresi: 15 dk

- 1 Su Bardağı Pekmez
- 3 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 2 Adet Kuru Yufka

YAPILIŞI

Kızartılmış tereyağına pekmez ilave edilerek kaynatılır. Yufkalar küçük parçalar halinde bölünerek pekmezin üzerine eklenir ve servis yapılır.

GÜVEÇTE TAHİN HELVASI

MALZEMELER Tek Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 10 dk

- 100 gr Tahin Helvası

YAPILIŞI

Tahin helvası ezilerek tek kişilik güveç kabına döşenir. Kızgın odun fırınında eritilir ve üzeri kızarmaya başlayınca fırından alınır. Sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ :

Yörede balık yemeklerinin üzerine tatlı olarak ikram edilen tahin helvası bazı yerlerde elma dilimleri ile pişirilir. İsteğe bağlı olarak üzerine limon sıkılarak da yenilir.

HAŞHAŞ HELVASI

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 500 gr Ezilmiş Haşhaş
- 3 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 1 Litre Pekmez
- 2 veya 3 Çorba Kaşığı Un

YAPILIŞI

Bir tavada ısıtılan yağın üzerine pekmez dökülerek kaynatılır. Kaynamakta olan pekmezin içine haşhaş ve un ilave edilerek tahta kaşıkla sürekli karıştırılır. İyice koyulaşıp katı kıvama gelince ocaktan alınarak karıştırılmaya devam edilir. İsteğe göre sıcak veya soğuk olarak yenilir.

HAŞHAŞLI PELTE

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Pişirme Süresi: 30 dk

- 3 Su Bardağı Pekmez
- 1 Su Bardağı Su
- 2 Çorba Kaşığı Un
- 1 Su Bardağı Haşhaş
- Tarçın
- Ceviz

YAPILIŞI

Tencere içine konan haşhaş ezilip, pekmez ve un eklenerek ateş üzerinde kaynayıncaya kadar karıştırılır. Muhallebi kıvamına gelince kâselere dökülerek soğumaya bırakılır. Üzerine isteğe göre tarçın veya dövülmüş ceviz eklenerek servis yapılır.

HELİKLİ PEKMEZ

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 10 dk
Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 litre Pekmez
- 2 Su Bardağı Su
- 1 kg Ayva, Kızılcık, Kabak vb.

YAPILIŞI

Tercihe göre kullanılacak meyveler, istenilen büyüklükte dilimlenerek hazır hale getirilir. Pekmez, su ve meyveler bir tencere içerisinde pekmez kıvamına gelene kadar kaynatılır. Soğuyunca servis yapılır.

HÖŞMERİM

MALZEMELER

6-8 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 20 dk

- 2 Su Bardağı Un
- 1 Çay Bardağı Yağ
- 2 Su Bardağı Sütlü Kaymak Yağı
- 2 Su Bardağı Toz Şeker
- 1 Su Bardağı Su
- Yarım Kg Taze Tuzsuz Peynir

YAPILIŞI

Tencerenin içine yağ ve sütlü kaymak konulur. Ateş üzerinde ısınınca içine un dökülerek kızarıncaya kadar karıştırılır. Ocağın altı kapatılarak peynir lokma lokma tencereye eklenir. Tencerenin kapağı kapatılarak peynirin erimesi beklenir. Servis tabaklarına konularak üzerine hazırlanan şerbet dökülür.

İNCİR TATLISI

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 45 dk

- 30 Adet Kuru İncir
- Ceviz İçi

Şerbeti:
- 1,5 Su Bardağı Toz Şeker
- 1,5 Su Bardağı Su

İçi:
- 1 Çay Bardağı Toz Şeker
- 2,5 Litre Süt
- Yarım Çay Bardağı Yoğurt Suyu veya Yarım Limon Suyu

YAPILIŞI

Süt tencereye konularak pişirilir. Kaynamaya başlayınca içine yoğurt suyu katılarak kaynatmaya devam ederek kestirilir. Ateşten alınarak soğutulan süt, süzgece dökülüp süzdürülerek kesmik elde edilir. Kesmik geniş bir kâsenin içine konularak, içine bir çay bardağı şeker eklenip karıştırılarak hazır hale getirilir.

Kuru incirler yıkanır. Sıcak suyla ıslatılarak yumuşaması sağlanır. İncirlerin sap kısımları kesildikten sonra içleri kesmikle doldurulur. Doldurulan incirler tepsiye dizilerek üzerlerine önceden hazırlanmış şerbet dökülür ve hafif ateşte 5-10 dakika kaynatılır. İncirlerin üzerine ceviz içi konularak servis yapılır.

İRMİK HELVASI

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 40 dk

- 4 Çay Bardağı İrmik
- 4 Çay Bardağı Toz Şeker
- 5 Çay Bardağı Su
- 2 Çay Bardağı Süt
- 4 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 1 Çorba Kaşığı Sıvıyağ
- 1 Çay Tabağı Çam Fıstığı
- Tarçın

YAPILIŞI

Bir tencerede yağ eritilip, içine irmik ile çam fıstıkları katılır. Sürekli karıştırılarak irmik kavrulur. Çam fıstıkları pembeleşince kavurma işlemi tamamlanmıştır.

Diğer bir tencerede su, süt ve şeker kaynatılıp, kavrulan irmiğe kaynar vaziyette eklemek için hazır hale getirilir.

Sıcak şerbet, kavrulmuş sıcak irmiğin üzerine yavaşça dökülür.

Şerbet irmik üzerine dökülürken de malzeme sürekli karıştırılmalıdır. Tüm şerbet döküldükten sonra ıslak helva, 1-2 dakika daha kaynatılır ve ocak söndürülür.

Tencerenin üzerine bir bez örtülüp dinlenmeye bırakılır. Başlangıçta 3-4 dakikada bir, daha sonra ise biraz daha seyrek olarak helva soğuyana kadar bir çatalının ucu ile helva sürekli karıştırılır. İrmik tanelerinin ezilmemesine özen gösterilmelidir. Bu işlem ile helvanın topakları parçalanacak ve irmik taneleri havalandırılıp birbirilerinden ayrılacaktır. Helva soğuyup kuruyunca üzerine tarçın ilave edilip servis yapılır.

KABAK TATLISI

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 1 saat

- 1 kg Kış Kabağı
- 2 Su Bardağı Toz Şeker
- 1 Su Bardağı Su
- Dövülmüş Ceviz İçi

YAPILIŞI

Kış kabağı soyularak içinin çekirdekleri çıkarılır. Küp şeklinde doğranıp yayvan bir tencereye dizilir, üzerine su ve şeker dökülerek yumuşayıncaya kadar ateş üzerinde kaynatıldıktan sonra fırın tepsisine dizilir. Önceden ısıtılmış fırında üzeri pembeleşinceye kadar pişirilir. Fırında pişen kabaklar soğumaya bırakılır, soğuyan kabakların üzerine dövülmüş ceviz serpilerek servis yapılır.

KAÇAMAK

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 kg Ev Unu
- 1 Su Bardağı Kızartılmış Kaymak Yağı
- 2 Su Bardağı Su
- 1 Fiske Tuz
- 1,5 Su Bardağı Pekmez

YAPILIŞI

Tencere içerisine su, 4 çorba kaşığı yağ ve aldığı kadar un (kek hamuru kıvamına gelinceye kadar) konularak kısık ateş üzerinde pişi hamuru kıvamına gelene kadar pişirilir. Kızartılmış kaymak yağına batırılan kaşık yardımıyla hamurdan lokma halinde parçalar alınarak tepsiye dizilir. Dizilen lokmaların üzerine kalan kızartılmış kaymak yağı dökülür. Daha sonra 1,5 su bardağı pekmez lokmaların üzerine gezdirilerek dökülür, dinlendirildikten sonra servis yapılır.

EK BİLGİ:

Isparta'da bu tatlının kaynağının, Selanik göçmenleri olduğu bilinir, ancak zamanla yerleşik halk tarafından da sevilerek yapılmıştır.

KAYGANA

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 25 dk

- 1 Somun Ekmek
- 4 Adet Yumurta
- 3 Su Bardağı Su
- 3 Su Bardağı Toz Şeker

YAPILIŞI

Ekmek düzgün bir şekilde dilimlenir. Çırpılmış yumurtaya batırılarak kızgın yağda her iki tarafı da pembeleşinceye kadar kızartılır. Kızartılmış yumurtalı ekmekler bir tepsiye dizilir. Su ve şeker kaynatılarak hazırlanan koyu kıvamdaki şerbet soğuduktan sonra ekmeklerin üzerine dökülür. İsteğe göre üzerine ceviz serpilebilir. Tatlı olarak yenilir.

KÖPÜK HELVA

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 15 dk

- Şeker
- Su
- Çöven Otu

YAPILIŞI

Şeker, su içerisinde eritilip kaynatılarak ağda haline getirilir. Diğer tarafta çöven, su içerisinde kaynatılır ve süzülerek şeker ağdasının içerisine eklenir. Beyaz renkte, hafif sert kıvamda, yarı akışkan hale gelene kadar karıştırılır (çövenin içinde bulunan Saponin adlı madde şeker ağdasına beyaz renk vermektedir). Köpük helva yılın her mevsiminde tüketilmekle birlikte, özellikle sonbahar ve kış mevsiminde tüketiminde artış görülmektedir.

EK BİLGİ:

Geleneksel yöntemlerle yapılışı anlatılan bu tatlı, Şarkikaraağaç İlçesinde günümüzde fabrika şartlarında yapılmaktadır.

KESMİK BAKLAVASI

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1 – 1,5 saat
Pişirme Süresi: 40 dk

Hamuru:
- 2 Su Bardağı Süt
- 1 Su Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Fincan Sirke
- 2 Yumurta
- 1 Fiske Tuz
- Un

İçi:
- 5 litre Süt
- 2 Su Bardağı Yoğurt Suyu
- 1 Çorba Kaşığı Un
- 1 Çay Bardağı Toz Şeker

Şerbeti:
- 2,5 kg Toz Şeker
- 2 Litre Su
- 1 Adet Limon

YAPILIŞI

Kesmiğin hazırlanması;

Süt, geniş bir tencerenin içine süzgeçle süzülerek ateşe konulur ve kabarmaya başlayınca, yoğurt suyuyla ayran kıvamına getirilir. Un katılarak bir kere karıştırılır. Yaklaşık beş dakika kadar kaynatıldıktan sonra kesilen süt ateşten alınarak soğumaya bırakılır. Süzgeç içerisine temiz tül parçası konulur ve soğuyan kesmik dökülerek suyu süzdürülür. Oluşan kesmiğin içine bir çay bardağı kadar şeker karıştırılır. Yapılacak baklavanın ortasına koymak için, avuç içinde ceviz büyüklüğünde toplar yapılarak başka bir tepsiye dizilir ve hazır hale getirilir.

Hamurunun yapılması;

Süt, yağ, sirke, yumurta ve tuz çırpılıp, içerisine aldığı kadar un konularak kulak memesi yumuşaklığında hamur yoğrulur. Baklava yufkalarının daha iyi açılması için, hamuru akşamdan yoğrularak dinlendirilir. Hamurdan (yedi altına yedi üstüne döşenecek kadar) on dört adet küçük beze yapılarak, yumuşak kalması için oklava üzerinde biraz buruşturularak yağlanmış baklava sinisine döşenir. Üzerine önceden hazırlanmış kesmikler orantılı olarak, dizi halinde yerleştirilir. Kalan yedi bezeden açılan yufkalar da üzerine döşendikten sonra, kare şeklinde dilimlenir. Üzerine kepçeyle yağ dökülerek, önceden ısıtılmış fırında veya mahalle fırınında üzeri kızarıncaya kadar pişirilir.

Şerbetinin hazırlanması;

2,5 kg toz şeker, tencere içerisine dökülür ve üzerine bir litre su eklenerek ateşe konulur. Kaynamaya başlayınca şerbetin şekerleşmemesi için, içerisine sıkılmış bir limon suyu katılarak bir taşım daha kaynatıldıktan sonra ateşten alınıp, ılımaya bırakılır.

Baklava soğuduktan sonra önceden hazırlanan ılık şerbet dökülerek içine alması için bekletilir.

EK BİLGİ :

Kesmik baklavası, bayramlarda ve nişanda oğlan evine ağız tadı olması için bohça içinde gönderilir.

LOĞUSA PELTESİ

MALZEMELER

4-6 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 15 dk

- 1 Su Bardağı Buğday Nişastası
- 1 Su Bardağı Toz Şeker
- Yarım Litre Su

YAPILIŞI

Bir tencere içerisinde nişasta, şeker ve su karıştırılarak ayran kıvamına getirilir. Ateş üzerinde koyulaşıncaya kadar karıştırılır. Sıcakken kâselere dökülerek soğumaya bırakılır. Üzerine isteğe göre tarçın ekilerek servis yapılır.

LOKMA

MALZEMELER

10-12 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 2 Yumurta
- 1 Çay Bardağı Taze Yoğurt
- 1 Çay Kaşığı Karbonat
- 2 Su Bardağı Un
- 1 Fiske Tuz
- 1 Litre Sıvı Yağ

Şerbeti:

- 2 Su Bardağı Toz Şeker
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Geniş bir kabın içerisine kırılan yumurtalar, yoğurt ve tuz iyice çırpılır. Karbonat eklenir ve koyu ezilmiş yoğurt kıvamına gelinceye kadar un ilave edilerek beş dakika daha çırpılır. Ateş üzerindeki kızgın yağın içine çorba kaşığıyla lokma halinde parçalar dökülerek kızartılır.
Bir kapta şeker ve su kaynatılarak şerbet hazırlanır. Soğutulmuş şerbet kâseye konarak, kızartılmış soğuk lokmalarla beraber servis yapılır. Lokmalar şerbete batırılarak yenilir.

MEYVELİ PELTE

MALZEMELER

4-6 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 15 dk

- 1,5 Çorba Kaşığı Mısır Nişastası
- 2 Su Bardağı Meyve Suyu (istenilen meyvenin suyu)
- 4 Çorba Kaşığı Toz Şeker

YAPILIŞI

Tüm malzemeler tencere içerisinde koyulaşana dek devamlı karıştırılarak pişirilir. Rengi cam gibi olunca pişmiş demektir. Bu karışım kâselere konularak servis yapılır.

NİŞASTA HELVASI

MALZEMELER

4-6 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 2 Su Bardağı Nişasta
- 3 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 1 Su Bardağı Toz Şeker
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Yağ, şeker, nişasta ve su tencereye konularak ateş üzerinde katılaşıncaya kadar sürekli karıştırılır. Helva pişince dinlendirilerek servis yapılır.

OVMA HELVASI

MALZEMELER

10-12 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 1 kg Pekmez
- 1,5 kg Buğday Nişastası
- 3 Çorba Kaşığı Tereyağı
- Su
- 250 gr Ceviz İçi

YAPILIŞI

Nişasta, biraz suyla ezilir ve sulandırılır. Pekmez ve tereyağı ilave edilir. Ateşe konularak sürekli karıştırılır. Pilav kıvamına geldiğinde ateşten indirilir. Pişirildikten sonra üzerine dövülmüş ceviz içi konularak servis yapılır.

PEKMEZLİ NİŞASTA PELTESİ

MALZEMELER

4-6 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 Su Bardağı Pekmez
- 3 Su Bardağı Su
- 3 Çorba Kaşığı Buğday Nişastası
- 1 Avuç Kırılmış Ceviz

YAPILIŞI

Tencere içerisinde pekmez ve su karıştırılıp, içine nişasta eklenir. Karışım puding kıvamına gelinceye kadar sürekli karıştırılır. Kaynamaya başlayınca ateş söndürülür. Tencere ocaktan alınıp kâselere boşaltılır. Soğuyunca üzerine dövülmüş ceviz ve karanfil serpilerek servis yapılır. İsteğe göre tarçın ilave edilebilir.

EK BİLGİ :

Hikâyesi: "Pelteye Tuz Katılmaz"

Yeni evlenmiş bir gelin kaynanası, kaynatası ile kocasının evde olmadığı bir gün evde yemek pişirir. Yanına tatlı olarak pelte yapmak ister. Lâkin pelteye tuz katılıp katılmayacağını bilmez, komşulara sormaya da utanır. Aklına bir fikir gelir, evin damına çıkar evin avlusundaki tavuklara taş atarken;

- "Kışt kışt pelteye tuz katanların tavukları" der.

Bu esnada bu sözü duyan yan komşuları;

- "Viri gıı pelteye duz mu katılır heç?" der.

Bunu duyan gelin içeri girer ve pelteye tuz katılmadığını öğrenmiş olur, pelteyi pişirir.

PEYNİR BAKLAVASI

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1 saat
Pişirme Süresi: 40 dakika

- 2 Su Bardağı Süt
- 2 Su Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Fincan Sirke
- 2 Yumurta
- 1 Fiske Tuz
- Un

İç Malzemesi:
- 1,5 kilo Tuzsuz Taze Peynir

Şerbeti:
- 2,5 kg Toz Şeker
- 2 Litre Su
- Yarım Limon

Üzeri İçin:
- Sıvı Yağ

YAPILIŞI

Peynir bir kabın içinde ovalanarak hazır hale getirilir.

Şeker ve su kaynatılarak şerbeti hazırlanır. Ocaktan alınmasına yakın içine 1 limon suyu sıkılır.

Süt, yağ, sirke, yumurta ve tuz karıştırılarak içerisine aldığı kadar un eklenir ve kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yoğrulur. Hamurdan 10 adet küçük beze yapılır ve yumuşak kalması için bir poşet arasına konulur.

Hazırlanan bezeler unlanarak tek tek yufka halinde ince bir şekilde açılır. Açılan yufkaların 5'i tepsiye döşenir. Üzerine önceden hazırlanan peynir yayılır. Kalan 5 beze de açılarak tepsiye döşendikten sonra üzerine kepçeyle yağ dökülerek, önceden ısıtılmış fırında veya mahalle fırınında üzeri kızarıncaya kadar pişirilir.

Soğuduktan sonra ılık şerbet üzerine dökülür. Şerbeti içine alınca servis yapılır.

PEYNİRLİ PİDE TATLISI

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 20 dk
Pişirme Süresi: 20 dk

- Taze Tuzsuz Yağlı Keçi Peyniri

Pide Hamuru İçin:

- 1 kg Un
- 1,5 Tatlı Kaşığı Kuru Maya
- 1 Çorba Kaşığı Yoğurt
- 3 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 1 Adet Yumurta
- 1 Tatlı Kaşığı Şeker
- Yarım Tatlı Kaşığı Tuz
- 3 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Un yoğurma kabına alınarak ortası havuz şeklinde açılır. Tüm malzemeler eklenerek iyice yoğrulur ve dinlendirilir. Taze tuzsuz, yağlı keçi peynirinden harç hazırlanır. Pide şeklinde açılan hamur üzerine harç konularak fırına sürülür. Fırından çıktıktan sonra parçalara bölünür. Genişçe bir tencereye konularak üzerine bolca şeker dökülür.

SAKSAĞAN BEYNİ (KARGA BEYNİ)

MALZEMELER 4 Kişilik – Hazırlama Süresi: 3-5 dk

- Yarım Kase Pekmez
- Yarım Kase Yoğurt

YAPILIŞI

Pekmez ve yoğurt karıştırılarak servis yapılır.

SARI BURMA (OKLAVA ÇEKMESİ)

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 2 saat
Pişirme Süresi: 45 dk

- 1 Su Bardağı Süt
- Yarım Su Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Çorba Kaşığı Sirke
- 1 Yumurta
- 1 Fiske Tuz
- Un

İç Malzemesi İçin:
- Ceviz

Şerbeti:
- 2,5 kg Toz Şeker
- 2 Litre Su
- Yarım Limon

Üzeri İçin:
- Sıvı Yağ

YAPILIŞI

Şeker ve su kaynatılarak şerbeti hazırlanır. Ocaktan alınmasına yakın içine limon suyu sıkılır.

Süt, yağ, sirke, yumurta ve tuz karıştırılarak içerisine aldığı kadar un eklenir ve kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yoğrulur. Hamurdan küçük bezeler yapılır ve yumuşak kalması için bir poşet arasına konulur.

Hazırlanan bezeler unlanarak tek tek yufka halinde ince bir şekilde açılır. Açılan her yufkanın içine dövülmüş ceviz döşenerek, oklavayla rulo halinde sarılır. Oklava arasından çekilmeden, her iki tarafından buruşturulur ve oklava çekilir. Tahta üzerinde 5 cm ya da isteğe göre daha küçük kesilerek tepiye dizilir.

Üzerine kepçe ile yağ dökülerek önceden ısıtılmış fırında veya mahalle fırınında üzeri kızarıncaya kadar pişirilir. Soğuduktan sonra ılık şerbeti üzerine dökülür. Şerbet içine alınca servis yapılır.

SAMSA

MALZEMELER

10 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1,5 saat
Pişirme Süresi: 10 dk

- 2 kg Un
- 1 Tutam Tuz
- 500 gr İri Dövülmüş Ceviz İçi
- 10 Adet Kuru Yufka
- 1 Çay Bardağı Üzüm Pekmezi
- 2 Su Bardağı Sıvı Yağ
- Bir Miktar Nişasta

Şerbeti:

- 4 Su Bardağı Toz Şeker
- 6 Su Bardağı Su
- Birkaç Damla Limon

YAPILIŞI

Kuru yufkalar küçük küçük ufalanır, ceviz ve pekmezle harmanlanır.

Un, su ve biraz tuz ile hamur yoğrulur, küçük bezelere bölünür, baklava yufkası gibi ince açılır, sıcak saca konulup pişmeden hemen kaldırılır (kurumaması için ıslak bir bezin altında da biriktirilebilir). Yufkalar 3'erli ya da 5'erli şekilde katlanır, katlanan yufkalar 4 parmak kalınlığında şeritler halinde kesilir (kesilen yufkaların kurumaması için naylon poşete konulur). Üzüm pekmezi, ceviz ve ufalanmış gevrek yufka karışımı (1 çorba kaşığından biraz fazla), kesilmiş yufkaların bir kenarına yerleştirilerek yufkalar muska şeklinde katlanır. Katlanan yufkanın uç kısımları nişastalı suya batırılıp, yapıştırılır. Şerbetini çekmesi ve iyi kızarması için örgü şişiyle 3-6 delik açılır. 2-3 gün bir bez üzerinde kurumaya bırakılır.

Şerbeti için, şeker ve su kaynatılır. Şerbetin şekerlenmemesi için birkaç damla limon sıkıp, bir taşım daha kaynatıp ateşten indirilir, soğutulur.

2-3 gün bekletilen samsalar 2 su bardağı sıvı yağda alt üst kızartılır. Kızaran sıcak samsalar, soğuk şerbete atılır, şerbeti çektikten sonra servis yapılır.

EK BİLGİ :

Hazır yufkalar tuzlu ve kalın olduğu için tavsiye edilmez. Özel hazırlanan samsa yufkaları kullanılır.

SU PELTESİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 15 dk

- 3 Çorba Kaşığı Buğday Nişastası
- 3 Su Bardağı Su
- 1 Su Bardağı Pekmez

YAPILIŞI

Su ve nişasta koyulaşana dek devamlı karıştırılarak pişirilir. Rengi cam gibi olunca pişmiş demektir. Bu karışım cam tepsiye dökülerek donması beklenir ve küçük kareler şeklinde kesilir. Üzerine pekmez dökülerek servis yapılır.

SÜTLAÇ

MALZEMELER

10-12 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 30 dk

- 1,5 Litre Soğuk Süt
- 1 Su Bardağı Pirinç
- 2 Su Bardağı Su
- 1,5 Su Bardağı Toz Şeker
- Tarçın
- Ceviz

YAPILIŞI

Su ve pirinç tencereye konularak, pirinçler suyunu çekene kadar pişirilir. Sıcak süt eklenerek bir müddet daha karıştırılarak kaynatılır. Şeker ilave edilerek birkaç taşım kaynatılır. Sıcakken kaselere dökülür, soğuması beklenir. Soğuduktan sonra üzerine tarçın ve dövülmüş ceviz ekilerek servis yapılır.

EK BİLGİ :

İsteğe bağlı olarak kaynayan sütün içine soğuk su ile ezilmiş 3 çorba kaşığı pirinç unu da katılabilir.

ŞEKERLEME

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1 saat
Pişirme Süresi: 30 dk

- 1 Çay Bardağı Pudra Şekeri
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 7-8 Çay Bardağı Un
- 1 Su Bardağı Yoğurt
- 1 Tatlı Kaşığı Karbonat
- 1 Yumurta
- Dövülmüş Ceviz
- Tarçın
- Toz Şeker

YAPILIŞI

Pudra şekeri, sıvı yağ, un, yoğurt, karbonat ve yumurta karıştırılarak yoğrulur. Yoğrulan hamur küçük daireler şeklinde açılıp içine ezilmiş ceviz, tarçın ve toz şeker konularak kenarları kapatılır.
Tepsiye döşenerek fırında pembeleşinceye kadar pişirilir. Üzerine pudra şekeri serpilerek servis yapılır.

TEL KADAYIF

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 25 dk
Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 kg Tel Kadayıf
- 1 kg Toz Şeker
- 300 gr Tereyağı
- Yarım Litre Su
- 1-2 Damla Limon

İçine:
- 5 kg Sütten Hazırlanmış Kesmik (Bkz. Kesmik Hazırlanışı Sayfa 186)

Şerbeti:
- 1 kg Toz Şeker
- Yarım Litre Su

YAPILIŞI

Çiğ olarak alınan tel kadayıfın topaklanmış bölümleri varsa elle iyice ayrılarak kadayıf tel tel hale getirilir. Kadayıfın yarısı hafif yağlanmış tepsiye döşenir ve açıklık kalmayacak şekilde elle bastırılarak inceltilir. Arasına önceden hazırlanmış kesmik konulur. Kadayıfın kalan yarısı da kesmiğin üzerini kapatacak şekilde düzgünce tepsiye döşenir. Üzerine parça parça doğranmış tereyağı konularak pişirilir.

Her tarafın eşit ve muntazam kızartılmasına dikkat edilmelidir. Bunun için zaman zaman bıçak ucu ile kenarı kaldırılarak bakılmalıdır. Kızarmış alt taraf üste gelecek şekilde çevrilmelidir. Diğer tarafı da aynı şekilde kızartılmalıdır. Arzuya göre koyu veya sulu soğuk şerbet sıcak kadayıfın üzerine dökülür. Tepsinin üzeri kapatılırsa kadayıf yumuşak olur. Tel kadayıfın üzerine dövülmüş ceviz, fındık, badem, tarçın, hindistan cevizi ve kaymak konularak süslenebilir.

TOSMANKARA

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Pişirme Süresi: 1-2 saat

- Un
- Yağ
- Pekmez
- Ceviz

YAPILIŞI

Un yağda kavrulur. Pekmez kaynatılarak kavrulan unun üzerine dökülür. İçine istenirse ezilmiş ceviz de konabilir. Soğuduktan sonra elle yoğrulup parmaktan kalın rulolar halinde yuvarlanarak servise hazır hale getirilir.

EK BİLGİ :

Bu tatlının patenti, Kebapçı Kadir lokantası tarafından alınmıştır.

UN HELVASI

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 40 dk

- 2 Su Bardağı Un
- 1,5 Su Bardağı Toz Şeker
- 3-4 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 1 Su Bardağı Süt
- 1 Su Bardağı Su
- Tarçın

YAPILIŞI

Öncelikle su, süt ve şeker bir tencerede şeker eriyene kadar kaynatılır. Başka bir tencereye tereyağı konulur, eriyince un eklenir. Orta ateşte un ve yağ pembe renk alana kadar sürekli karıştırılır (yaklaşık 15 dakika). Ocak söndükten sonra un ve yağ bir kaç dakika daha kavrulur. Hafif ılımış unlu yağa önceden hazırlanan su, süt ve şeker karışımı eklenir. Ocak yeniden yakılır, orta ateşte yine sürekli karıştırılır. Helva tencereye yapışmayacak hal alınca pişmiş demektir. Ocaktan alınan helvanın tencere ile kapağının arasına kağıt havlu konulur. Pilav gibi 20 dakika demlendirilir. Demlendikten sonra kaşıkla, servis tabağına konulur, üzerine tarçın serpilir.

YOĞURT TATLISI

MALZEMELER

10-12 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 40 dk

- 5 Yumurta
- 5 Kahve Fincanı Yoğurt
- 8 Kahve Fincanı Toz Şeker
- 10 Kahve Fincanı Un
- 3-4 Çorba Kaşığı Kaymak Yağı
- 1 Tatlı Kaşığı Kabartma Tozu

Şerbeti:

- 5 Su Bardağı Toz Şeker
- 5 Su Bardağı Su
- Yarım Suyu

YAPILIŞI

Yumurta, şeker ve yoğurt iyice karıştırılır. Kaymak yağı eritilerek karışıma ilave edilir. Kabartma tozu ve un eklenerek yağlanmış tepsiye dökülür. Orta ısıdaki fırında pişirilir.
Su, şeker ve limon suyu tencerede kaynatılarak şerbet hazırlanır ve soğutulur.
Fırından çıkan tatlının üzerine hazırlanan soğuk şerbet dökülerek, içine alması beklenilir.

ZERDE

MALZEMELER

4-6 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 45 dk

- Yarım Su Bardağı Pirinç (Baldo Cinsi)
- Yarım Yemek Kaşığı Mısır Nişastası
- 6 Su Bardağı Su
- 1 Su Bardağı Toz Şeker
- 1/3 Çay Bardağı Gül Suyu
- Yarım Paket Vanilya
- 1 Tatlı Kaşığı Tarçın

YAPILIŞI

Pirinç yıkanıp 15 dakika ıslatılır. Suyu süzülen pirinçler tencereye konulup, 6 bardak su katıldıktan sonra iyice yumuşayıncaya kadar kaynatılır. Pirinç haşlandıktan sonra 1 bardak şeker ilave edilip, 5-10 dakika daha kaynatılır. Vanilya eklenir. Nişasta biraz su içerisinde ezilerek eklenir ve 10 dakika kadar daha kaynatmaya devam edilir. Zerde koyulaşınca en son gül suyu katılıp biraz daha kaynatılır ve soğumaya bırakılır. Zerdenin kıvamı aşureden biraz daha sıvı olmalıdır. Tarçın ilave edilerek servis yapılır.

Hamurlu Yiyecekler

Türk mutfağının vazgeçilmezlerinden olan hamur işleri Ispartalı kadınlar tarafından da sevilerek yapılmakta ve tüketilmektedir. Yurdun her yerinde sacda yapılan börekler ile fırında pişirilen su böreği Isparta'da da yapılır. Bunların dışında kıymalı, peynirli, ıspanaklı, patatesli, kabaklı böreklerin içine maydanoz konularak yapılmaktadır. Değişik iç malzemeler konularak sacda pişirilen börekler farklı isimlerle anılırlar. Bunlardan bazıları; kuyruğu sulu, sac böreği, kulak böreği, katmer, pişi ve nokuldur.

BORLU BÖREĞİ – KUYRUĞU SULU

MALZEMELER

10-12 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 1 – 1,5 saat

Hamuru İçin:
- 1 kg Buğday Unu
- Aldığı Kadar Su
- Tuz

Böreğin Harcı:
- 750 gr Az Yağlı Kıyılmış Et
- 2 Adet Kuru Soğan
- Tuz, Karabiber, Pul Biber

YAPILIŞI

Un, su ve tuz ile biraz sertçe bir hamur yoğrulur. Ceviz büyüklüğünde bezeler yapılıp, fazla ince olmayan yufkalar açılır. Yufkaların büyüklüğü en çok yemek tabağı kadar olmalıdır.

Kıyılmış et üzerine halka şeklinde doğranan soğanlar ilave edilir ve tekrar beraber kıyılır. Malzemeler geniş bir kaba alınarak harcın yarısı kadar su eklenir. Karabiber, tuz, pul biber ilave edilerek iyice karıştırılır. Harç kullanıma hazırdır.

Hazırlanan yufkaların yarısına harçtan döşenir. Diğer yarısı üzerine kapatılır. Parmak uçları ile kenarları yapıştırılır. Bekletilmeden sıcak sacın üzerine atılır. Her iki yüzü kızarıncaya kadar pişirilir. Borlu böreği sıcak olarak sacdan iner inmez, mevsimine ve tercihe göre üzüm, karpuz, ayran, komposto veya çay ile servis yapılır.

EK BİLGİ:

Az yağlı kıyılmış et ile kastedilen kıyma değildir. Et tahta üzerinde satırla kıyılır. Kıymadan biraz kalın olmalıdır.

Pişme esnasında harcımızın suyu böreğimizin uçlarından sızacaktır. Borlu böreğine "Kuyruğu Sulu" denmesinin esprisi de buradadır.

ETLİ SENGET SAC BÖREĞİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 1 – 1,5 saat

Hamuru İçin:
- 1 kg Un
- Aldığı Kadar Su
- Tuz

Böreğin Harcı:
- Yarım kg Kıyma
- 3 Adet Kuru Soğan
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Karabiber
- Tuz

YAPILIŞI

Un ile su hamur haline getirilir. Soğan ince ince kıyılır, tuz ile ovulur ve süzgeçten geçirilir, kıyma ile karıştırılır, karabiber, tuz ve sıvı yağ ilave edilir. Hamur, ceviz büyüklüğünde parçalara ayrılır. Ayrılan hamurlar tek tek oklava yardımı ile ince bir şekilde açılır, hazırlanan kıymalı iç hamurun yarısına tahta kaşık yardımı ile sürülür ve iç ilave edilmeyen kısım içli kısmın üzerine kapatılır. Sacda veya teflon tavada pişirilir sıcak olarak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Genellikle yufka ekmeği yapıldıktan sonra sıcak tandırlarda ve misafir geldiğinde ikram amacıyla yapılır. Yanında kayısı veya vişne kompostosu ile servis yapılır.

Senirkent İlçesi'nin adı halk arasında telaffuz edilirken "Senget" olarak söylendiğinden böreğin adına da Senget Böreği denmektedir.

GELİNCİK BÖREĞİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik
Hazırlama ve Pişirme Süresi: 1 – 1,5 saat

Hamuru İçin:
- 1 kg Un
- Aldığı Kadar Su
- Tuz

Böreğin Harcı:
- 1 kg Gelincik Otu
- 1 Tatlı Kaşığı Karabiber
- 1 Tatlı Kaşığı Pul Biber
- 1,5 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Adet Kuru Soğan
- 1 Yumurta

YAPILIŞI

Gelincik otları ayıklanıp incecik doğranır. Bol suda yıkanarak, suyu süzdürülüp, geniş bir kabın içine konularak hazır hale getirilir.

Kızgın yağın üzerine ince kıyılmış soğan eklenerek biraz kavrulur. İçine yumurta kırılır ve yumurta pişince ateşten alınır. Baharatlarla beraber hazırlanmış olan gelincik otuyla iyice harmanlanarak börek içi hazırlanır.

Un, tuz ve su karıştırılarak kulak memesi yumuşaklığında hamur yoğrulur. Bezelere ayrılarak, ekmek tahtası üzerinde yufka büyüklüğünde açılır. Yufkanın yarısına böreklik içten döşenerek, diğer yarısı üzerine katlanır. Kenarları parmakla bastırılarak kapatılır. Pişirgeçle tandırda veya ocakta sac üzerinde her iki tarafı da pişirilip sıcak olarak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Sirken, kuzukulağı, ebegümeci, kalkan dikeni, ısırgan otu gibi diğer yabani otlardan da aynı şekilde böreklik içler hazırlanabilir.

HAMURSUZ (HAMIRSIZ)

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 30 dk
Pişirme Süresi: 10 dk

- 1 Su Bardağı Tahin
- 2-3 Adet Haşlanmış Patates
- Tuz
- 1 kg Un
- 4-5 Çorba Kaşığı Tereyağı ve Sıvıyağ
- 1 Yumurta
- 2 Çorba Kaşığı Susam
- 1 Çorba Kaşığı Çörek Otu

YAPILIŞI

Hamur teknesine un konulur; ortası açılarak tuz, su ve haşlanmış patatesler rendelenerek ilave edilip yoğrulur. Etrafından un alınarak özlü bir hamur yapılır. İki avuç içini dolduracak büyüklükte bezeler yapılır. Bezeler oklava ile büyük yufka şeklinde açılır. Yufkanın tüm yüzeyine bolca eritilmiş tereyağı, sıvıyağ ve tahin karışımı sürülür. Yufka rulo şeklinde sarılır, bir ucundan tutularak diğer ucun çevresinde dairesel şekilde sarılarak toplanır ve bir süre dinlendirilir.

Tekneye alınan hamurlar, mahalle fırınına (taş fırın) götürülür. Hamur tahtası üzerine tek tek alınır. Her parça tekrar 40-45 cm çapında açılarak üzerine yumurta sarısı sürülüp susam ve çörek otu serpildikten sonra fırıncı küreği yardımı ile fırına verilir. Fırının ısısı ekmek pişirme ısısından daha düşük olmalıdır. Altı-üstü pembeleştikten sonra fırından çıkartılıp, biraz soğuduktan sonra servis yapılır.

HAŞHAŞLI GEVREK

MALZEMELER

4 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk
Pişirme Süresi: 10 dk

- 1 kg Un
- Aldığı Kadar Su
- Tuz
- Aldığı Kadar Haşhaş

YAPILIŞI

Un, su ve tuz ile yufkalık hamur yoğrulur. Bezelere ayrılarak dinlendirilir. Her bir bezenin içine 1 avuç haşhaş ilave edilerek yoğrulur. Yufkadan biraz kalın şekilde açılan hamur, pişirilmek üzere sacın üzerine konulur. Üzerine haşhaş serpilir, gevrek bir şekilde pişince alınır. Soğuyunca parça parça koparılarak yenilir.

EK BİLGİ:

Genellikle yufka ekmeği yapıldıktan sonra artan hamurdan yapılır.

HAŞHAŞLI KATMER

MALZEMELER

4 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1 saat
Pişirme Süresi: 30 dk

- 1,5 kg Un
- Yarım Çorba Kaşığı Tuz
- Aldığı Kadar Ilık Su
- 1 Orta Boy Kase Kavrulmuş Ezilmiş Haşhaş
- 1 Su Bardağı Sıvı Yağ
- Hamur Mayası

YAPILIŞI

Un ile su hamur haline getirilir. İsteğe bağlı olarak hamur mayası da katılabilir. Başka bir kapta haşhaş ile sıvı yağ karıştırılır. Parçalara ayrılan hamur tek tek oklava veya merdane ile büyükçe açılır, haşhaş her tarafına eşit dağıtılacak şekilde sürülür. Rulo haline getirilen haşhaşlı hamur sac veya tavada üzeri yağlanarak kızarıncaya kadar kısık ateşte pişirilir.

EK BİLGİ:

Arzuya göre haşhaşla birlikte tahin de kullanılabilir.

Genellikle yufka ekmeği yapıldıktan sonra sıcak tandırlarda yapılarak yakınlara ve komşulara dağıtılır.

ISPARTA PEKSİMETİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 40 dk
Pişirme Süresi: 15 dk

- 1 kg Un
- 1,5 Paket Kuru Maya
- 1 Çorba Kaşığı Tarçın
- 1 Tatlı Kaşığı Toz Karanfil
- 1,5 Su Bardağı Sıvı Yağ - Tereyağı karışımı
- Aldığı Kadar Su
- 2 Adet Yumurta

YAPILIŞI

Tüm malzemeler karıştırılarak özlü bir hamur yapılır. 30 dakika mayalandırma için bekletilir. Hamurdan portakal büyüklüğünde bezeler koparılır. Yarım cm kalınlığında daire şeklinde açılır. Üzerine yumurta çırpılıp sürülür. Önceden ısıtılmış fırında 15 dakika pişirilir.

EK BİLGİ:

Ramazan ayında sahurda yapılan bu çörek, yağ ile yoğrulduğundan dolayı çabuk bayatlamadığından önceleri hacca giderken hacı yollukları için hazırlanırdı.

İNCE BÖREK

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1 saat
Pişirme Süresi: 40 dk

Hamuru İçin:
- 1 kg Un
- 1 Yumurta
- Yarım Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Çay Bardağı Yoğurt
- Aldığı Kadar Su
- Tuz

Peynirli İç Harcı İçin:
- 500 gr Peynir
- Yarım Demet Maydanoz

Kıymalı İç Harcı İçin:
- 750 gr Kıyma
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz, Baharatlar

Üzeri İçin:
- 2 Yumurta
- 1 Su Bardağı Yoğurt
- Yarım Çay Bardağı Sıvı Yağ

YAPILIŞI

Tercihe göre kıymalı ya da peynirli iç harç hazırlanır. Kıymalı iç harcı için kıyma yağda kavrulur. Peynirli iç harcı için ise peynirler ufalanarak ince kıyılmış maydanoz ile karıştırılır. Ayrı bir kapta 2 yumurta, 1 su bardağı yoğurt ve yarım çay bardağı sıvı yağ çırpılarak hazır hale getirilir.

Un, yumurta, sıvı yağ, yoğurt, tuz ve suyla hamur yoğrulur. 18 adet çok ince yufka açılır. Tepsi yağlanır ve açılan yufkalar tepsiye döşenir. Her yufkanın üzerine hazırlanan karışımdan sürülür. 6 kat yufkada bir hazırlanan kıymalı veya peynirli iç harç konulur.

Yufkalar bitince en üstüne kalan karışım dökülüp, fırında pişirilir.

KULAK BÖREĞİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 45 dk
Pişirme Süresi: 20 dk

- 1 kg Un
- 1 Adet Yumurta
- Aldığı Kadar Su
- Tuz

Kızartmak İçin:
- Sıvı Yağ

Kıymalı İç Harcı İçin:
- 500 gr Kıyma
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- Tuz, Baharatlar

Peynirli İç Harcı İçin:
- 500 gr Peynir

YAPILIŞI

Un, yumurta, su ve tuz karıştırılarak hamur yoğrulur. Yoğrulan hamur bezelere ayrılarak yufka gibi açılır ve belli aralıklarla hazırlanan peynirli ya da kıymalı iç döşenir. Üzerine tekrar açılan hamur kapatılır ve küçük yarım daireler şeklinde kesilerek yağda kızartılır.

EK BİLGİ:

Kesilen parçalar kulağa benzetildiği için bu ad verilir.

HAMURLU YİYECEKLER

NOKUL (KÖMBE, GOŞMA)

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1 saat
Pişirme Süresi: 45 dk

Hamuru İçin:
- 2 kg Un
- 1 Su Bardağı Sıvı Yağ
- 2 Su Bardağı Süt
- 1 Paket Kuru Maya
- 1 Tatlı Kaşığı Toz Şeker
- 1 Tatlı Kaşığı Tuz
- Aldığı Kadar Su

İç Harcı İçin:
- 1 Kâse Haşhaş Ezmesi
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- 2 Çorba Kaşığı Tereyağı
- 1 Su Bardağı Ceviz

Üzeri İçin:
- 1 yumurta

YAPILIŞI

Kuru maya ve şeker, 2 su bardağı ılık süt içerisinde eritilir. Un, sıvı yağ, tuz, aldığı kadar su ve süt karışımı ile hamur yoğrulur. Yoğrulan hamur 60 dakika kabarmaya bırakılır.

Haşhaş ezmesi, tereyağı ve sıvı yağ bir kapta karıştırılır. Yoğrulup dinlendirilen hamur, yağlanmış sini veya mermer tezgah üzerine konularak elle açılır. Açılan hamurun içine hazırlanan iç harcı sürülür ve hamur esnetilir. Cevizler esnetilen hamurun üstüne dökülür ve rulo şeklinde sarılır, 3 parmak eninde kesilerek, yağlanmış tepsiye sık bir şekilde döşenir. Üzerine yumurta sarısı sürülür ve 200 derece fırında pişirilir. Dinlendirilerek servis yapılır.

EK BİLGİ:

Nokul hamuru yaş maya ile yoğrulacaksa, dinlendirme süresi yaklaşık 40 dakika olabilir.

Nokul, Yenişarbademli İlçesinde Kömbe, Şarkikaraağaç İlçesinde Goşma olarak bilinmektedir.

PİŞİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1,5 saat
Pişirme Süresi: 30 dk

- 1,5 kg Un
- 1 Paket Kuru Maya
- 1 Tatlı Kaşığı Toz Şeker
- Tuz
- Aldığı Kadar Ilık Su

YAPILIŞI

Malzemeler kapaklı derin bir kaba konulur ve elle yoğrularak kulak memesi yumuşaklığında hamur elde edilir. 1 saat dinlendirilir. Simit şekli verilir veya oklavayla 1 parmak kalınlığında açılıp kaseyle kesilerek yuvarlaklar elde edilir. Kızgın yağda kızartılır ve sıcak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Isparta'da, günümüzde hala cenazelerin 3. , 20. ve 40. günlerinde ve kandil günlerinde pişi yapılıp dağıtılmaktadır.

SAC ARASI

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 20 dk
Pişirme Süresi: 40 dk

- 4 Su Bardağı Mısır Unu
- 2 Su Bardağı Buğday Unu
- 2 Paket Kabartma Tozu
- 1 Çay Kaşığı Tuz
- Aldığı Kadar Su
- 1 Kase Ezilmiş Haşhaş
- 1 Su Bardağı Sıvı Yağ

YAPILIŞI

Mısır unu geniş bir kap içine elenir. Üzerine un, kabartma tozu ve tuz katılarak ılık suyla yoğrulup kulak memesi yumuşaklığında hamur haline getirilir. 20 dakika dinlendirilen hamur, yağlanmış bir tepsi üzerinde elle açılıp, üzerine yağ ile karıştırılmış ezilmiş haşhaş sürülür. Aynı şekilde üç veya dört kat hamur döşendikten sonra üzerine yumurta sürülerek fırında pişirilip, dilimlenerek servis yapılır.

SAC DOLAMA

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 1 saat
Pişirme Süresi: 40 dk

Hamuru:
- 1 kg Un
- 1 Tatlı Kaşığı Tuz
- 1 Küçük Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Aldığı Kadar Su

İç Harcı:
- 1 Kâse Ezilmiş Haşhaş
- 1 Su Bardağı Sıvı Yağ
- 1 Yumurta

YAPILIŞI

Geniş bir kâsenin içinde ezilmiş haşhaş ve bir su bardağı yağ karıştırılarak hazır hale getirilir.

Geniş bir kabın içine un elenir. Üzerine tuz, yağ, ilave edilerek, ılık suyla kulak memesi yumuşaklığında hamur yapılır. Hamur oklavayla ekmek tablası üzerinde yufka şeklinde açılarak üzerine ezilmiş haşhaş sürülerek hamursuz gibi rulo şeklinde sarılır. Hafif yağlanmış yuvarlak bir fırın tepsisine dolayarak yerleştirilir.

Üzerine yumurta sürülerek önceden ısıtılmış fırında pişirilir.

TAHİNLİ PİDE

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk
Pişirme Süresi: 10 dk

- 1 kg Un
- Aldığı Kadar Su
- 1 Su Bardağı Tahin
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
- Yarım Çay Bardağı Toz Şeker

YAPILIŞI

Un ile su hamur haline getirilir. Başka bir kapta tahin ile sıvı yağ karıştırılır. Parçalara ayrılan hamur tek tek oklava veya merdane ile açılır, tahin her tarafına eşit dağıtılacak şekilde sürülür. Rulo haline getirilen tahinli hamur yarım saat kadar beklemeye alınır. Beklemeden sonra karışımlı hamur kayık tabak şeklinde açılır üzerine biraz daha tahin sürülüp isteğe göre şeker ilave edilir. Sonra taş fırına sürülerek üzeri kızarıncaya kadar pişirilir.

EK BİLGİ:

Tahinli pide genellikle fırınlarımızda sabah kahvaltılık olarak pişirilir. Vefat edenlerin akrabaları ve dostları tarafından vefatı izleyen günlerde ölen kişinin evinde kahvaltılık olarak ikram edilir.

Ayrıca söz kesildikten sonra, ertesi gün oğlan evi kız evine kahvaltıya, tahinli pide ve hediyelerle gider (oya, havlu, elbiselik vs.). Oğlan evinden gelen bayanlara oyalı yazmalar örtülür. Kahvaltıdan sonra, gelen tahinli pideler, kız evi tarafından konu komşuya dağıtılır.

HAMURLU YİYECEKLER

SU BÖREĞİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik - Hazırlama Süresi: 2,5 – 3 saat
Pişirme Süresi: 45-50 dk

- Aldığı Kadar Un
- 2 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
- 4 Su Bardağı Su
- 2 Çorba Kaşığı Tuz
- 4-5 Çorba Kaşığı Kaymak Yağı ya da Tereyağı
- 7 Yumurta

Kıymalı İç Harcı İçin:

- 500 gr Kıyma
- 1 Demet Maydanoz
- Tuz
- Karabiber

Peynirli İç Harcı İçin:

- 250 gr Peynir
- 1 Demet Maydanoz

YAPILIŞI

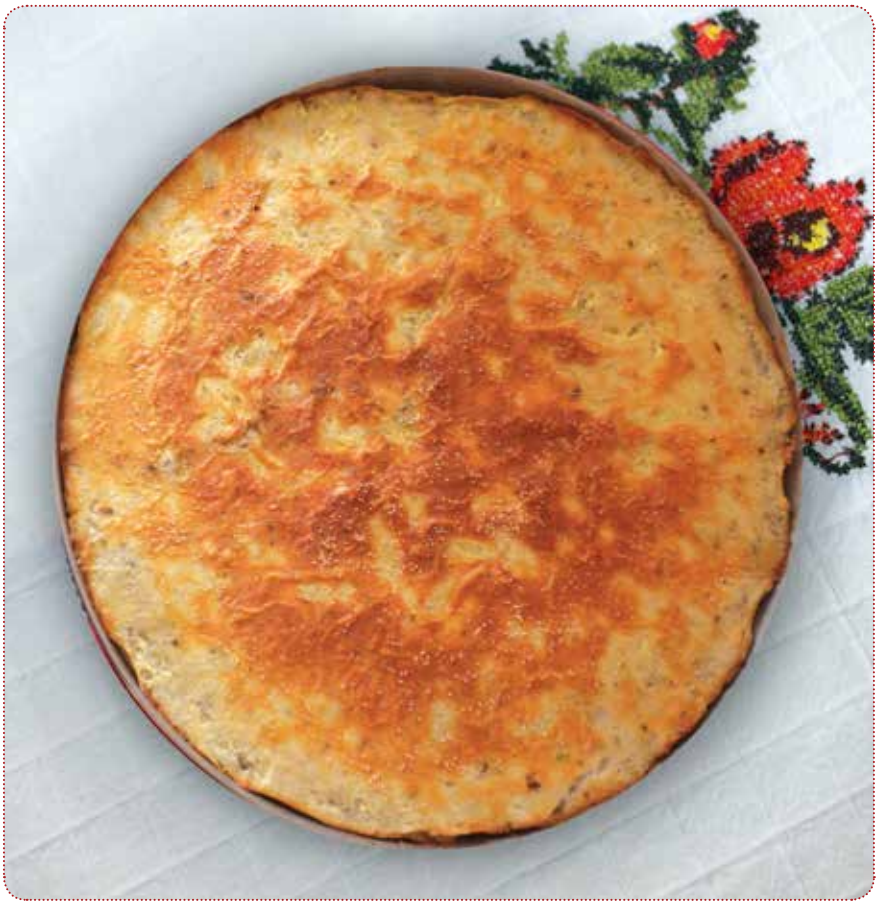
Tercihe göre kıymalı ya da peynirli iç harç hazırlanır. Kıymalı iç harcı için kıyma yağda kavrularak ince kıyılmış maydanoz, tuz ve karabiber eklenir. Peynirli iç harcı için ise peynirler ufalanarak ince kıyılmış maydanoz ile karıştırılır.

Hamuru için, Bir kaba yumurta, tuz, su ve sıvı yağ konulur. Aldığı kadar un ilave edilerek iyice yoğrularak hamur hazırlanır. 10 adet beze yapılarak, dinlendirilir. Oklava ile ince yufkalar açılır. Temiz bezlere yayılarak biraz kuruması sağlanır. Hamurların hepsi açılınca kaynayan tuzlu suda haşlanır. Soğuk suya batırılıp çıkarılır, suyu aldırılır.

Haşlanan hamurlar tabanına bir yufka yayılmış börek tepsisine döşenir. Hamurun yarısı tepsiye serildikten sonra hazırlanan börek içi eşit bir şekilde serpilir. Kalan yufkalar da haşlanarak tepsiye döşenir. Tepsinin altına ve üstüne kaymak yağı ya da tereyağı serpilir. Bir başka tepsi yardımı ile ters-yüz çevrilerek kısık ateşte pişirilir.

EK BİLGİ:

Bayramlarda kız tarafına yapılan ziyaretlerde, genellikle damat ağırlama için yapılır. Halk arasında "Omuz Illatmaz" da denilir.



ŞEPİT BÖREĞİ

MALZEMELER

10-12 Kişilik – Hazırlama Süresi: 30 dk
Pişirme Süresi: 40 dk

Hamuru İçin:
- 12 Yumurta
- Aldığı Kadar Un
- Su
- Tuz

Peynirli İç Harcı İçin:
- 500 gr Peynir
- 1 Demet Maydanoz

Kıymalı İç Harcı İçin:
- 3-4 Çorba Kaşığı Kıyma
- 2-3 Avuç Ekmek İçi
- 3 Adet Yumurta
- 4-5 Çorba Kaşığı Tereyağı

Yufkayı Islatmak İçin:
- 1 Adet Yumurta
- 1 Büyük Kase Su

YAPILIŞI

Tercihe göre peynirli ya da kıymalı iç harcı hazırlanır. Peynirli iç harcı için; peynir rendelenerek, ince kıyılmış maydanoz ile karıştırılır. Kıymalı iç harcı için ise; bir tavada tereyağında yumurta pişirilir. Ovalanmış ekmek içi ve kıyma yumurtaya eklenerek kavrulur.

Hamuru için, bir leğen içerisinde 12 yumurta kırılıp tuzu da eklenerek çırpılır. Un, su ve tuz eklenerek kulak memesi yumuşaklığında olacak şekilde yoğrulur. Üzerinin kabuk bağlamaması için nemli bezle örtülür. Biraz dinlendirilen hamurdan 12 adet beze yapılarak ekmek tahtasında incecik açılıp tandırda veya ocakta sac üzerinde pişirilerek yufkalar hazırlanır. İsteğe göre kış hazırlıkları için önceden hazırlanan yufka da kullanılabilir.

Yağlanmış tepsi üzerine, 6 yufka hazırlanan yumurtalı su ile birer birer ıslatılarak döşenir. Hazırlanan iç harcı üzerine yayılır. Kalan diğer 6 yufka da aynı şekilde ıslatılıp tepsiye döşenir. Börek, ocak üzerinde önce bir yüzü sonra çevrilerek diğer yüzü pişirilir. Diğer yüzüne çevrilirken tepsi tekrar yağlanmalıdır.

EK BİLGİ:

Bu börek aynı zamanda sayfa 235'te yer verilen yufka ekmekten de yapılabilmektedir. Ocak yerine fırında, tercihe göre mahalle fırınında da pişirilebilmektedir.

Ekmekler

Türk mutfak kültürünün temel gıdası olan ekmek, Isparta yöresinde de "sofrada ekmeksiz karın doymaz" sözünü kanıtlar niteliktedir. Yörede fırın ekmeği satın alınmakla birlikte yufka ve bazlama ekmekleri evlerde yapılarak tüketilmektedir. Ekmek yapımında hamur teknesi, senit (sofra, tahta tabla da denir), oklava (merdane), eysıran (eseran), çevirgeç (pişirgeç, köseleç), sac ve sac ayağı ile kuzine soba, yakacak olarak ise çalı, çırpı ve saman kullanılır.

BAZLAMA (BAZDIRMA, HAMURLU)

MALZEMELER

10-12 Kişilik - Hazırlama Süresi: 1,5 saat
Pişirme Süresi: Üzeri Kızarana Kadar

- 1,5 kg Un
- Aldığı Kadar Su
- 3 Tatlı Kaşığı Kuru Maya
- 1 Tatlı Kaşığı Toz Şeker
- Tuz

YAPILIŞI

Bir tencerede ılık suda maya ile şeker eritilir. Elenmiş un ve tuz ile ele yapışmayan yumuşak bir hamur yoğrulur. Üzeri örtülü olarak ılık bir yerde hamur iki misli oluncaya kadar mayalandırılır. Tekrar yoğrulur ve iki yumurta büyüklüğünde parçalara ayrılır.
Hafif unlanarak 1 cm kalınlığında açılır. İki örtü arasında hamurlar tekrar mayalandırılır. Sac veya tava çok az yağlanır ve ısıtılır. Hamurlar birer birer konulur, bazlamalar altı pişince ters çevrilir. Her iki taraf hafif pembeleşince sac üzerinden alınır.

KÜLÜR

MALZEMELER

10-12 Kişilik - Hazırlama Süresi: 15 dk
Pişirme Süresi: 50 dk

- 1 kg Mısır Unu
- 1 Su Bardağı Un
- Tuz
- Aldığı Kadar Su
- 1 Su Bardağı Haşhaş Ezmesi
- 1 Çay Bardağı Sıvı Yağ

YAPILIŞI

Mısır unu geniş bir kap içine elenip, un ve bir çay kaşığı tuz katılıp ılık suyla yoğrularak hamur haline getirilir. Elle biraz açılarak üzerine yağ ile karıştırılmış ezilmiş haşhaş sürülür. Ekmek şekli verilerek iki sac arasına yerleştirilip, kül üzerinde pişirilir. Pişen ekmek sıcak olarak servis yapılır.

MAYALI EKMEK

MALZEMELER

10-12 Kişilik - Hazırlama Süresi: 1,5 saat
Pişirme Süresi: Üzeri Kızarana Kadar

- 1,5 kg Un
- Aldığı Kadar Su
- 3 Tatlı Kaşığı Kuru Maya
- Tuz

YAPILIŞI

Geniş bir kap içerisine un elenir. Üzerine tuz, maya ve ılık su eklenerek kulak memesinden biraz daha yumuşak olacak şekilde yoğrulur ve mayalanması için dinlenmeye bırakılır.

Hamurun kabarması mayalanmış olduğunu gösterir. Kabaran hamur bezelere ayrılıp temiz bir hamur bezinin üzerine konulur ve üzeri örtülerek 3-5 dakika daha dinlendirilir.

Bezeler kabarınca hamur tahtası üzerinde elle tek tek yuvarlak şekilde açılarak ortası parmakla delinir. Susam eklenir ve elle sulanır. Fırıncı tarafından elde biraz daha açılarak fırına sürülür.

Pişen ekmekler, hamur olmaması için temiz hamur bezi üzerine serilerek soğutulur.

YUFKA EKMEK

MALZEMELER

10-12 Kişilik - Hazırlama Süresi: 1 saat
Pişirme Süresi: 5-10 dk

- 1 kg Un
- Aldığı Kadar Su
- Tuz

YAPILIŞI

Un ile su hamur haline getirilir. Hamurlar avuç içi büyüklüğünde meleyis (beze) haline getirilir. Ekmek senidi (tahtası) üzerinde oklava ile yuvarlak bir şekilde ince olarak açılır.

Sacın üzerinde pişirilir. Eğer yufka, tandırda pişiriliyorsa sacın altındaki alevli kısma pişirgeç yardımı ile kısa süreli sürülür hemen çekilir. Dayanıklı olması ve küflenmemesi için bu işlem yapılır.

EK BİLGİ:

Evlerde yazlık ve kışlık olmak üzere, uzun süreli yiyecek maddesi olarak yapılır, özellikle elma yolumu, pancar çapası, pancar sökümü öncesi akraba ve komşular ile beraber grup halinde yapılır ve serin yerlerde direk şeklinde üst üste yığılarak muhafaza edilir.

Yenileceği zaman su ile ıslatılarak yumuşayınca katlanarak (çıkınlara) konulur.

PATATESLİ EKMEK

MALZEMELER

10-12 Kişilik - Hazırlama Süresi: 1,5 saat
Pişirme Süresi: Üzeri Kızarana Kadar

- 1,5 kg Un
- Aldığı Kadar Su
- 3 Tatlı Kaşığı Kuru Maya
- Tuz

İç Harcı:

- 1 Kase Haşlanmış Patates (Arzuya göre; Ezilmiş Haşhaş, Sızgıç ya da Kakırdak)

YAPILIŞI

Geniş bir kap içine un elenip tuz, maya ve ılık su eklenerek kulak memesinden biraz daha yumuşak olacak şekilde yoğrulur ve mayalanması için dinlendirilir. Hamurun kabarması mayalanmış olduğunu gösterir. Kabaran hamur bezelere ayrılıp temiz bir sofra bezinin üzerine konulur ve üzeri örtülerek 3-5 dakika daha dinlendirilir.

Bezeler kabarınca, hamur tahtası üzerinde elle tek tek yuvarlak şekilde açılarak üzerine rendelenmiş patates döşenir (bu aşamada arzuya göre patates yerine ezilmiş haşhaş, sızgıç ya da kakırdak da iç malzemesi olarak kullanılabilir). Hamur ikiye katlanarak üzerine bir miktar daha iç döşendikten sonra, tekrar katlanıp dinlendirilir. Hamur tahtası üzerinde elle açılarak üzeri sulanır.

Fırıncı tarafından elde biraz daha açılarak taş fırına sürülür. Pişen ekmekler temiz sofra bezleri üzerine serilerek hamur olmaması için soğutulur.

EK BİLGİ:

Ekmeğin içine katkı olarak haşhaş konulduğunda "Haşhaşlı Ekmek", sızgıç konulduğunda (kavrulmuş et bkz. Kış Hazırlıkları bölümü sayfa 253) "Sızgıçlı Ekmek", kakırdak (kuyruk yağının eritilmesi sonucunda kalan kırıntılar) konulduğunda ise "Kakırdaklı Ekmek" denilir.

İçecekler

Isparta'da elma, kayısı, şeftali, vişne, erik, üzüm, ayva gibi birçok meyvenin yetişmesi, bu meyvelerden bir çok içeceğin de yapılmasına ve sofraların zenginleşmesine neden olmaktadır.

KORUK (GORUK) SUYU - HARDALİYE

MALZEMELER 4-6 Kişilik - Hazırlama Süresi: 10-15 dk

- 2 Salkım Koruk
- 2 Adet Orta Boy Kuru Soğan
- 1 Su Bardağı Su
- Tuz

YAPILIŞI

Asmadan koparılmış taze koruklar yıkanır. Ezilerek suyu çıkartılır. Ezilen korukların içine 1 su bardağı su ilave edilir. Koruklar elle biraz sıkılır tülbentten geçirilerek süzülür. Biraz tuz ilave edilir. Soğan ince ince doğranarak koruk suyuna ilave edilerek yemeklerin yanında içilir.

EK BİLGİ:

Yaz aylarında serinlemek amacıyla makarna, pilav ve benzeri yemeklerin yanında içilir.

KURU KAYISI HOŞAFI

MALZEMELER 4-6 Kişilik - Hazırlama Süresi: 30 dk

- 1 Küçük Kâse Kuru Kayısı
- 1 Çay Bardağı Toz Şeker
- 3 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Kayısı ayıklanarak yıkanır. Bir tencerede su ve şeker kaynatılır. Kaynamakta olan şekerli suya, kayısılar eklenerek kaynatılmaya devam edilir. Kayısılar piştikten sonra soğumaya bırakılır. Hoşaf soğuduktan sonra kâselere konularak servis yapılır.

EK BİLGİ:

Kuru kayısı yerine, vişne, erik, ergen, elma ve armut kurularından da hoşaf yapılmaktadır.

LOĞUSA ŞERBETİ

MALZEMELER 4 Kişilik - Hazırlama Süresi: 10 dk

- 2 Su Bardağı Su
- 1,5 Su Bardağı Toz Şeker
- Arzuya göre; gül suyu, karanfil, tarçın ve gıda boyası

YAPILIŞI

Bir tencere içerisinde su ve şeker katılarak karıştırılır. Ateş üzerinde 5 dakika kadar kaynatıldıktan sonra soğumaya bırakılır. Soğuduktan sonra, normal boyuttaki cam bardaklar içerisine doldurulup, çay tabağı kullanmadan tepsiye konularak gelen konuklara ikram edilir. Şerbet sadece su ve şekerden yapılabildiği gibi, aynı zamanda içerisine gül suyu, karanfil, tarçın ve gıda boyası (gül rengi olacak şekilde) da katılabilir.

EK BİLGİ:

Loğusa şerbeti, yeni doğum yapmış kadına sütünün artması için içirilir. Ayrıca mevlitlerde ya da söz ve nişanlarda da şerbet ikram edilir.

ÜZÜM HOŞAFI

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 20-25 dk

- 2 Su Bardağı Kuru Üzüm
- 6 Su Bardağı Su
- 1 Su Bardağı Toz Şeker veya Pekmez
- 6-7 Adet Karanfil

YAPILIŞI

Kuru üzümler tencerede yıkanarak süzülür. Derin bir tencerede su ile beraber haşlanır. Haşlanmasının sonuna doğru içine pekmez veya şeker konulup, suyun içinde erimeleri sağlanır. İçine karanfiller atılır. 10 dakika daha şeker veya pekmez ile kaynatılır. Soğuduktan sonra kâselerle servise sunulur.

EK BİLGİ:

Üzüm hoşafı, özellikle kış aylarında yemeğin yanında içilebildiği gibi, yemeklerden sonra tatlı olarak ya da ramazan aylarında hafif bir içecek olduğu için sahurda tercih edilir. İsteğe bağlı olarak içerisine kayısı, erik ve vişne Kurusu da katılabilir.

VİŞNE KOMPOSTOSU

MALZEMELER 4-6 Kişilik - Hazırlama Süresi: 30 dk

- Yarım kg Taze Vişne
- 1 Su Bardağı Toz Şeker
- Yeterince Su

YAPILIŞI

Vişneler temizlenerek bol su ile yıkanır. Tencerede su ile birlikte kaynatılır. Su fokurdamaya başlayınca şeker ilave edilir. Bir süre daha birlikte kaynatılır. Soğutularak servis yapılır.

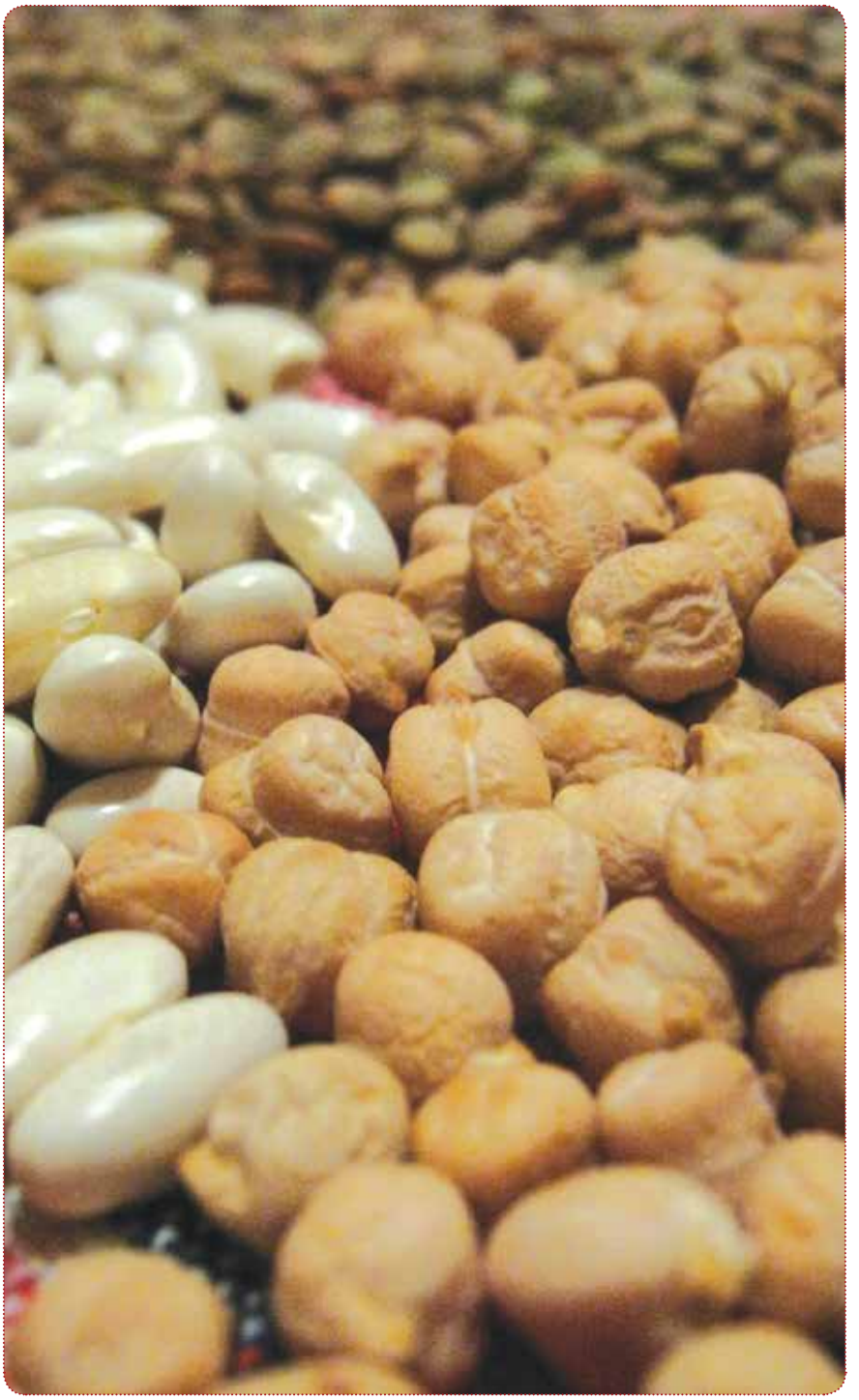
EK BİLGİ:

Taze kayısı, erik, ergen, elma ve armuttan da komposto yapılmaktadır.

Kışlık Hazırlanan Yiyecekler

Yörede kışlık olarak turşu, reçel, salça, kurutulmuş sebzeler ve meyveler, pekmez, pestil, çorbalık tarhana, makarna, erişte, bulgur gibi yiyecekler hazırlanır. Turşu olarak lahana, patlıcan, biber, domates, havuç, şalgam, muşmula, üzüm, karnabahar, salatalık gibi sebzelerden yararlanılır. Armut, erik, kayısı, vişne, çilek, şeftali, portakal, incir, ayva gibi meyvelerden ve gül çiçeğinden reçeller yapılabildiği gibi kurutulup saklanabilen türlerden hoşaf da yapılır. Domates ve kırmızıbiberden salça yapılır. Sütten peynir çeşitleri ve yoğurt yapılarak pazarlarda satıldığı da görülmektedir. Üzüm ve duttan pekmez ve pestil yapılır. Bu meyvelerin ocaklarda suyu kaynatılırken içine erik, kayısı, ayva gibi diğer meyveler katılarak pestili yapılır. Bununla birlikte bazı bölgelerde üzüm suyundan şarap üretenler de bulunur.

KIŞLIK HAZIRLANAN YİYECEKLER



BAKLİYATLAR

MALZEMELER

- Yeşil-Kırmızı Mercimek
- Kuru Nohut
- Kuru Fasulye
- Barbunya

YAPILIŞI

Yeşil-Kırmızı Mercimek: Yemeklik taneli baklagiller içerisinde yer alan mercimek, içerdiği protein oranının yüksek olması nedeniyle insan beslenmesinde önemli bir yere sahiptir. Kışlık ve yazlık ekime uygun olması nedeniyle hem üreticiye hem de ülke ekonomisine ek gelir sağlamaktadır. Mercimek hasat edildikten sonra, bazı yerlerde sadece tuzlanarak veya tuzlanıp kavrularak farklı şekillerde muhafaza edilmektedir. Genellikle bulgur eşliğinde değişik yemekleri yapılmaktadır.

Kuru Fasulye: Türk mutfağının vazgeçilmez yemeklerinden biri olan ve dar gelirli ailelerin de protein kaynağı olan kuru fasulye, bahar aylarında ekimi yapılarak ağustos ayında danelerin tamamen sararması sonucunda hasatı yapılan bakliyattır. Yörede etli ya da etsiz olarak yemeği yapılır.

Nohut: Bahar aylarında ekimi yapılan nohut, yaprak ve danelerin tamamen sararması ile birlikte hasat edilir. Besin değeri oldukça yüksek olan nohut yahni yemeğinin ana maddesi olarak kullanıldığı gibi, haşlanmış nohut toyga çorbası ve bulgur pilavında yan malzeme olarak kullanılır.

EK BİLGİ:

Bakliyat ürünleri sofralarda en sık kullanılan besinler arasında yer alır. Hazırlığı tamamlanan bakliyatlar, kışın kullanılmak üzere çuvallar içerisinde serin ve nem almayan bir yerde saklanır. Yüksek besin değeri ve yetiştirilmesinde yöre ikliminin uygun olması nedeniyle köy ve kasabalarda, yeşil mercimek, kuru fasulye ve nohut yetiştirilmektedir. Bakliyatlar tarlalardan hasat edildikten sonra tahıl pazarlarında genellikle halk arasında şinik adı verilen yöresel ölçü ile satılır.

KIŞLIK HAZIRLANAN YİYECEKLER

BULGUR

MALZEMELER

- Buğday
- Su

YAPILIŞI

Bulgurun hammaddesi buğdaydır. Bulgur elde edebilmek için, buğday belirli aşamalardan geçirilir.

Buğday, içindeki sap, saman, taş ve topraktan arınması için önce kalburda çalkalandıktan sonra birkaç kat yıkanarak çuvallara doldurulur. Çuvalda suyu süzülen buğday, büyük bakır kazan içine dökülerek kazanın yarısı kadar su eklenir. Buğday taneleri hafif çatlayıncaya kadar ateşte kaynatılarak pişirilir.

Pişen buğday uzun saplı taslarla veya tavayla kazan içerisinden alınıp suyunun süzmesi için geniş gözenekli çuvala dökülür. Suyu tamamen süzülen bulgur 1,5 cm kalınlığında düzlük bir alanda temiz kilimler üzerine veya beton damlara serilerek güneşte kurutulur. Çuvallara doldurularak, değirmene götürülür.

Değirmende dövdürülen bulgur tekrar temiz kilimler üzerine veya beton damlara serilerek güneşte kurutulur. Kuruduktan sonra rüzgârda savrularak kepeğinden arındırılır. Geniş tabla üzerine dökülerek ayıklandıktan sonra içinde yabancı madde kalıp kalmadığını kontrol etmek için küçük sinilerle çuvallara doldurulup değirmene götürülür. Değirmende çektirilerek çuval içerisinde serin bir yerde muhafaza edilir.

EK BİLGİ:

Bulgur, yöre mutfağında en çok tüketilen tahıl türleri arasındadır. Yemeklerde bazen ana malzeme bazen de yardımcı malzeme olarak sıkça kullanılmaktadır.

Bulgur çekme, eskiden imece usulü yapılırdı. Kadınlar kendi aralarında belirledikleri bir gün, toplanarak yardımlaşırlardı. Yuvarlak şekilde taştan yapılmış ve döndürmek için ağaçtan bir sapı bulunan bir veya birkaç el değirmeni getirilirdi. Kadınlar değirmenin etrafında oturur, bir elle değirmeni döndürürken diğer elinde tasla değirmene çekilecek bulgurdan azar azar dökerek döndürürlerdi. Günümüzde bu gelenek merkezde ve ilçelerde unutulmuş olmasına rağmen bazı köylerde halen devam etmektedir.

HAŞHAŞ EZMESİ

MALZEMELER

- Haşhaş

YAPILIŞI

Isparta Mutfağında haşhaş ezmesi bol miktarda kullanılır. Tarladan kırılarak toplanan kapsüllerden haşhaş tohumları çıkartılır. Önce elenir, rüzgarda savrularak içerisindeki kapsül parçacıkları ve diğer yabancı maddelerden arındırılır.

Haşhaş tohumları kavrulur. Kavrulmuş sıcak haşhaş tohumları özel taşında sürtülerek haşhaş ezmesi elde edilir. Sarı haşhaş tohumu en sık kullanılanıdır.

EK BİLGİ:

Yörede kahvaltı sofralarında pekmezle birlikte ya da sade olarak pasta ve böreklerde de kullanılır.

KAKIRDAK

MALZEMELER

- Büyük ve Küçükbaş Hayvanlarının İç Yağları

YAPILIŞI

Hayvandan çıkan iç yağları ince ince kıyılarak geniş bir tavada iyice kızarana kadar kavrulur. Bir süzgece dökülerek yağ kısmı akıtılır. Süzgecin üzerinde kalan kavrulmuş yağ parçaları (kakırdak) serin yerde muhafaza edilir.

PASTIRMA (ET KURUSU)

MALZEMELER

- Kesilen Koyun, Keçi Kaburgaları, Butları ve Diğer Parçaları

YAPILIŞI

Kesilen koyun ve keçinin kaburgaları, butları ve diğer yerleri parçalara ayrılarak yaklaşık altı yedi saat kadar suya ıslatılır. Kanı çıkan etlerin suyu süzülerek kalın tuzla bolca tuzlanır. 3-4 gün bir leğenin içerisinde tuzuyla bekletilir. Asınca buruşmaması için değneklere gerilir. Kalın ve uzun bir sopayla belirli aralıklarla bağlanır. Pastırmalıkların bağlandığı sopa balkonlara asılır. Pastırmanın temiz olarak kuruması için üzerine tülbent veya tül örtülerek güneşte kurutulur. Kuruyan pastırmalar kışın kullanılmak üzere nemsiz ve serin bir yerde geniş gözenekli dokunmuş bez torbalar içinde muhafaza edilir.

EK BİLGİ:

Keşkek ve bulamaç çorbasının olmazsa olmazıdır.

SIZGIÇ

MALZEMELER

- Büyük ve Küçükbaş Hayvan Eti

YAPILIŞI

Kemiksiz et, satırla ince ince kıyılır ve hayvandan çıkan iç yağları ile birlikte kavrulur. Ateşten indirildikten sonra bakır tabaklarda kalıp halinde dondurularak serin yerde muhafaza edilir.

EK BİLGİ:

Eti uzun süre muhafaza etmek için yapılan sızgıç, kışın yemeklerde kullanıldığı gibi sade olarak da tüketilmektedir. Kalıplara dökülerek dondurulmuş et kavurmasının adıdır.

TOZ (İNCE) TARHANA

MALZEMELER

- 1 kg Domates
- 1 kg Salçalık Kırmızı Biber
- 1 kg Kuru Soğan
- 1 Demet Maydanoz
- 1 Demet Taze Nane
- 1 Demet Dereotu
- 1 kg Süzme Yoğurt
- Aldığı Kadar Un
- Tuz

YAPILIŞI

Yıkanarak sap ve çekirdek kısımları ayıklanan kırmızıbiberler, kabuğu soyulmuş soğanlar ve yıkanmış domatesler iri şekilde doğrandıktan sonra geniş bir tencere içerisine konarak, üzerine yeterli miktarda su eklenerek ateşe konur. Kaynamaya başlayan sebzelerin içine, hoş bir tat ve koku vermesi için, bir demet dereotu, ayıklanarak yıkandıktan sonra demet halinde katılır. Tüm malzemeler yumuşayıncaya kadar haşlanır ve ateşten indirilerek, demet haldeki dereotu, haşlanan malzemelerin içinden alınır.

Haşlanan sebzelerin suyu süzülerek kevgirden geçirilir ya da mutfak robotunda çekilir. Çekilen sebze püresi, tekrar aynı suyun içine katılır. Maydanozla nane, iyice yıkanarak incecik kıyılarak çekilen sebze pürelerinin içerisine eklenir.

Yoğurt ve aldığı kadar un eklenerek kulak memesi yumuşaklığı kıvamına gelinceye kadar yoğrulur. Hamur, geniş bir kap içerisine alınarak üzeri kapatılır. 21 gün boyunca her gün hamur yoğrulur. Kendiliğinden mayalanan ve kabaran hamurun, 21 gün sonra mayalanması ve kabarması durur. Bu hamurun kıvama geldiğini ve kurutma için hazır olduğunu gösterir.

Gölge ve havadar geniş bir alana temiz bir bez serilir. Tarhana hamurundan, avuç içi büyüklüğünde, 1 cm kalınlığında yuvarlak şekil vererek oluşturulan parçalar, temiz bezin üzerine serilir. Yaklaşık 4-5 saat sonra nemli hale gelen serilmiş tarhana parçaları elle ovularak ırmik boyunda ufaltılır. Oluşan parçalar elekten geçirilerek toz haline getirilerek, tamamen kuruması için tekrar serilir. Kuruyan tarhanalar bez torbalara doldurularak serin ve havadar bir yerde saklanır.

EK BİLGİ

Kışın o soğuk günlerinde sofralarımızda bambaşka bir yeri olan, mis gibi kokan lezzetli bir tarhana, sebzelerin olgunlaştığı ve bol bulunduğu yaz mevsiminde yapılmaya başlanır. Günümüzde tarhana yapılırken bekleme süresi geleneksel yöntemlerde olduğu gibi 21 gün bekletilmeden, bekleme süresinin 1 gün tutulduğu da görülmektedir.

BUĞDAY DİŞ (TOP - GÖCE) TARHANA

MALZEMELER

- 3,5 kg Çekilmiş Buğday (Yarma)
- 3 kg Süzme Yoğurt
- 2 Çorba Kaşığı Tuz
- 4 litre Su

YAPILIŞI

4 litre su ve 2 kg yoğurt ayran kıvamına getirilir. Buğday ilave edilerek ocakta karıştıra karıştıra kaynatılır. Lapa kıvama gelene kadar pişirilir. Pişmesine yakın tuzu eklenerek soğumaya bırakılır. Soğuduktan sonra kalan yoğurtla birlikte yoğrulur. Yumurta büyüklüğünde bezeler alınarak şekil verilir, temiz bezlerin üzerine serilerek 2-3 günde kurutulur.

EK BİLGİ:

İsteğe göre yoğrulurken içerisine dereotu, nane ve maydanoz da katılabilir.

KURUTULMUŞ ASMA YAPRAĞI

MALZEMELER

- Taze Yeşil Asma Yaprağı

YAPILIŞI

Bahar aylarında yetişen taze asma yaprakları toplanarak sap kısımları 3 veya 4 mm kalıncaya kadar kesilerek demet yapılır.

1. Yöntem: Üç veya dört yaprak alınarak tüylü kısmı içerde kalacak şekilde rulo olarak kıvrılır, ipe geçirilir. 1 hafta kadar gölgede kurutulur. Kış için hazır hale getirilir.

2. Yöntem: İkili veya üçlü olacak şekilde ikiye katlanarak tam ortasından iğneyle ipe geçirilir.

1. veya 2. yöntemdeki gibi ipe dizilen yapraklar, gölgelik ve havadar bir yere veya balkona gerdirilerek bağlanıp kurutulur. Kuruyan yapraklar serin yerlere asılarak saklanır.

Kurutulmuş yaprak, sarılmadan önce 3-5 dk. kaynar suda bekletilir. İpiyle alınır suyunun akması beklenir.

SALAMURA YAPRAK

MALZEMELER

- Taze Yeşil Asma Yaprağı Son Sürgünleri
- Tuz
- Su

YAPILIŞI

Yaprakların sapları 3 mm kalacak şekilde kesilerek el (demet) yapılır. Büyük bir leğen içerisine katman halinde yerleştirilir. Büyük bir tencereye yaprakların üzerini geçecek kadar su doldurulur. Suyun içerisine tuzu ayarlamak için bir tane yıkanmış temiz yumurta konur. Kaya tuzu tencereye, yumurtanın yarısı su yüzüne çıkıncaya kadar katılır. Yumurta tencereden çıkartılarak, tuzlu su kaynatılır ve leğendeki yaprakların üzerine sıcak olarak dökülüp ağzı sinilerle kapatılarak bir gün bekletilir. Büyük cam kavanoza veya naylon bidonlara hava almaması için sıkıca bastırılarak demet demet yerleştirilip üzerine kalan su dökülür. Ağzı hava almayacak şekilde sıkıca kapatılarak serin yerde kışın tüketmek için saklanır.

EK BİLGİ:

İlkbaharda yetişen taze yemyeşil asma yapraklarından kışın lezzetli sarmalar yapabilmek için Nisan sonuna kadar ilk çıkan yapraklar ile Haziran sonuna kadar asmaların ucunda çıkan son sürgün yapraklar salamura yapmak üzere toplanır.

SEBZE VE MEYVE KURULARI

MALZEMELER

- Taze Fasulye
- Taze Bamya
- Taze Dolmalık Biber
- Nane
- Taze Patlıcan
- Domates
- Tığ Biber
- Erik
- Kayısı
- Üzüm
- Dut

YAPILIŞI

Fasulye Kurusu: Ayıklanan fasulyeler (ortasından uzunlamasına kesilerek ayıklanan ya da normal doğranan) renginin solmaması için gölgelik havadar bir yerde kurutulur.

Dolmalık (Doldurmalık) Patlıcan Kurusu: Baş kısmı alınan patlıcanlar ortadan ikiye bölünür ve içi bıçakla oyulur. Geniş bir leğen içerisinde tuzlu suda bekletilerek acısı çıkartılır. Kevgirde suyunu süzdükten sonra temiz bezler üzerine sererek veya iğneyle, ipe dizerek güneşte kurutulur. Bez torba içerisinde saklanır.

Yemeklik Patlıcan Kurusu: Patlıcanların kabuğu soyulurken yemeğe görsellik katmak için şeritler bırakılır ve küp halinde doğranır. Geniş bir leğen içerisinde tuzlu suda bekletilerek acısı çıkartılır. Kevgirde suyunu süzdükten sonra temiz bezler üzerine sererek veya iğneyle ipe dizerek güneşte kurutulur. Bez torba içerisinde saklanır.

Bamya Kurusu: Bamyaların tepeleri külah şeklinde ayıklanır. Temiz bir örtü üzerine sererek veya iğneyle ipe dizerek güneşte kurutulur. Kuruyan bamyalar serin ve havadar bir yere bez torba içerisinde veya açıkta asılarak saklanır.

Domates Kurusu: Yaz günü yetişen taze domatesler yıkanarak ortadan ikiye ayrılır ve bozulmaması için üzeri tuzlanarak temiz tepsilere veya sinilere serilerek güneşte kurutulur. Serin yerde bez torbalarda korunur.

Dolmalık Biber Kurusu: Dolmalık biberler, yıkanır. Kuru bezlerle suyu alınır. Tepeleri kesilerek tohum ve sap kısmı çıkarılır. İğneyle ipe dizilerek güneşte kırmızı renk alıncaya kadar kuruyan dolmalık biberler serin ve havadar bir yerde bez torbalarda saklanır.

Tığ Biber (Sivri) Kurusu: Biberler yıkanarak kuyruk kısımlarından saplarına kadar ortadan kesilerek iğneyle ipe dizilerek güneşte kurutulur. Serin ve havadar bir yerde saklanır.

Nane Kurusu: Toplanan taze naneler ayıklanıp 5 veya 10 dakika sirkeli suda bekletilir. Yıkanır ve suyu süzdürülür. Gölgelik bir yere serilmiş sofra bezleri üzerine serilerek kurutulur. Kuruyan naneler elle ovularak ufaltılır ve kavanozlara doldurularak serin bir yerde saklanır.

Meyve Kuruları: Meyveler ayıklanarak yıkanır. Olgun, sağlam ve çürüksüz olanları kurutmak için seçilir. Kayısı, erik, vişne gibi çekirdekli olan meyvelerin çekirdekleri çıkartılır. Elma, armut gibi meyveler de dilimlenerek temiz örtüler üzerine serilir ve kurutulur. Kurutulan meyveler bez torbalar içerisinde, serin ve nemsiz bir ortamda saklanır.

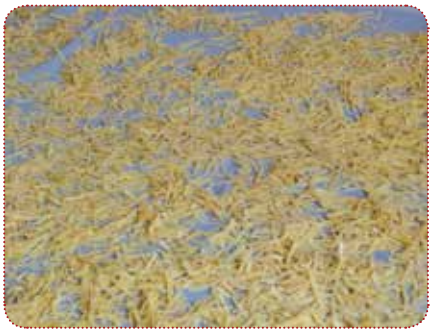
EK BİLGİ:

Mevsiminde yetişen doğal sebze ve meyveleri kurutup, kışın kullanılmak üzere uzun süre saklamak, çok eskilerden beri uygulanan bir yöntemdir.

Mevsiminde doğal ortamda yetişen sebze ve meyvelerden hazırlanan kuruların sağlıklı olmasının yanında aile bütçesine sağlamış olduğu katkı da, göz ardı edilemez bir gerçektir.

Sebze ve meyve kurutma güneşte veya gölgelik havadar bir yerde yöreden yöreye farklı şekillerde yapılmaktadır. Kurutmada zaman ve mekan önemlidir. Sofra bezleri üzerinde çabuk ve temiz olarak kurutulmalıdır. Kuruyan sebze ve meyveler tüketilinceye kadar seyrek dokunmuş bez torbalar içinde nemsiz, serin ve havadar bir yerde saklanır.

KIŞLIK HAZIRLANAN YİYECEKLER



EV MAKARNASI / ERİŞTE

MALZEMELER

- 5 kg Un
- 30 Yumurta
- 2 Çorba Kaşığı Tuz
- 1 Litre Su

YAPILIŞI

Geniş bir kap içine yumurtalar kırılır. Tuzla beraber çırpılarak su ilave edilir. İçine yavaş yavaş un eklenerek kulak memesi yumuşaklığından biraz sert olacak şekilde yoğrulur. Hamur uzun süre yoğrulursa, özlü olur ve daha iyi açılır. Hamurun üzerinin kabuk bağlamaması için nemli bezle kapatılarak biraz dinlendirilir.

Hamurdan parçalar alınarak bezeler yapılır ve temiz bir bezin üzerine konarak üzeri örtülür. Geniş tabla üzerinde un ve oklavayla tek tek açarak ince yufka haline getirilir.

Yufkalar, temiz örtülere serilerek kurutulur. Hafif kuruduktan sonra yufkalar tabla üzerinde, oklavayla rulo haline getirilerek 5 cm kalınlığında şerit halinde kesilir. Kesilen parçalar kibrit çöpü kalınlığında ince ince kıyılarak kurutulur.

Kuruyan makarnalar fırınlandıktan sonra temiz bez torbalar içerisinde kışın kullanılmak üzere serin bir yerde saklanır.

EK BİLGİ:

Ev hanımlarının kışlık hazırlıkları içerisinde önemli bir yere sahip olan ev makarnasını yapmak zahmetli bir iştir. Bu nedenle ev hanımları bir araya gelerek erişteyi yardımlaşmayla hazırlarlar.

TATAR / EV HAMURAŞISI

MALZEMELER

- 1 kg Baklavalık Un
- 5 Yumurta
- 3 Su Bardağı Su
- 1 Tatlı Kaşığı Tuz

YAPILIŞI

Un içerisine yumurtalar kırılır. Tuz ilave edilir. Yavaş yavaş su katılarak un sert hamur kıvamına getirilerek yoğrulur. Avuç içine sığacak büyüklükte parçalar alınarak beze haline getirilir. Oklava yardımıyla yufka biçiminde açılır. Açılan yufkalar 15 dakika kurumaya bırakılır. 8 yufka üst üste konularak bıçak yardımıyla 2 cm genişliğinde şeritler halinde kesilir. Kesilen şeritler tekrar üçgen ya da kare biçiminde kesilir. Tatarlar kurumaya bırakılır.

BUĞDAY NİŞASTASI

MALZEMELER

- Buğday
- Su

YAPILIŞI

Buğday, içindeki sap, saman, taş ve topraktan arınması için yıkanarak, büyük kazana konulur, üzerine buğdayın üç katı kadar su ilave edilir ve kazanın üzeri kapatılmaz. Buğday yaklaşık 15 gün sonra sürekli elle kontrol edilir. Buğday parmak arasında hemen ezilip özü çıkıyorsa, kıvama gelmiştir.

Buğdayın suyu süzülerek geniş gözenekli çuvala doldurulur. Temiz, yıkanmış çizmeler giyilerek çiğnenen buğdaydan çıkan beyaz renkteki buğday özü, temiz sinilere doldurularak dinlendirilir. Dinlenme esnasında buğdayın özü dibe çökerek üzerine suyu çıkar. Sininin üzerine çıkan su süzülerek su iyice boşaltıldıktan sonra geriye hafif sulandırılmış yoğurdu andıran buğday özü kalır.

Güneş gören temiz bir mekanda sinideki buğday özü, iki üç gün boyunca kuruması için her gün esiranla (karıştırıcı) karıştırılır. Hafif nemliyken elde ovularak toz haline getirilir. Daha sonra ince bir elekle elenerek içerisinde kalan küçük topakçıklar ezilerek tam olarak kuruması için tekrar serilir. Kuruyan nişasta tekrar elekten geçirilerek ince temiz bir bez torba içerisinde serin ve havadar bir yerde muhafaza edilir.

BESDEL (PESTİL)

MALZEMELER

- Pekmez
- Pekmez Toprağı

YAPILIŞI

Pekmez belirli bir ölçüde daha kaynatılarak koyulaştırılırsa bestel olur.

Şırası pekmez toprağıyla işlem gören tatlı besdel, toprak katılmayan ise ekşi besdel olur.

Ekşi besdel eritilerek komposto gibi içilir.

ÇEŞİTLİ MEYVE VE SEBZE REÇELLERİ

MALZEMELER

- Tercihe Göre; Ayva, Kayısı, Zerdali, Vişne, Erik, Elma Gibi Meyveler
- Toz Şeker
- Limon ya da limon tuzu

YAPILIŞI

Reçel yapılmadan önce meyvelerin çürük ve bereli olanları seçilir. Yıkanıp ayıklandıktan sonra meyvenin cinsine göre şeker ilave edilir. Tatlı meyvelerde daha az, ekşi olanlarda ise şeker miktarı daha fazla kullanılır. 1 kg meyve + 1,5-2 kg toz şeker olmak üzere, meyveler şekere yatırılıp bir gece bekletilir. Reçel, ateş üzerine konulur, kaynamaya başlayınca üzerinde oluşan köpükler kaşıkla alınarak 5 dakika kadar kaynatılır. Ocaktan indirilmeden hemen önce birkaç parça limon tuzu eklenir. Limon tuzu reçelin kristalleşmesini önler.

Ocaktan alınarak üzerine ince tülbent örtülür. Güneşte kıvamına gelinceye kadar üç veya dört gün bekletilir. Reçelin kıvamını anlamak için küçük bir tabağa birkaç damla reçel damlatılır. Damla hemen bozulup akmıyorsa kıvama gelmiş demektir. Kıvamına gelen reçel kışın kullanılmak üzere cam kavanozlara boşaltılarak serin yerde saklanır.

EK BİLGİ:

Reçel, kışın yenmek üzere, yaz mevsiminde yetişen birçok meyvenin, çeşitli şekillerde şekerle kaynatılmasıyla yapılan bir tür tatlıdır. Genellikle kahvaltı sofralarında tüketilmektedir.

DUT PEKMEZİ

MALZEMELER

- Dut
- Su

YAPILIŞI

Öncelikle dut ağacının altına temiz bir örtü serilir ve dut örtünün üzerine silkilir. Toplanan dut taneleri bez çuvala konulur ve sıkılır. Duttaki su bitince posasına 1 su bardağı kadar su katılıp tekrar sıkılır.

Elde edilen dut suyu, sığ ve geniş bir kazana konulup ateşte kaynatılır. Kaynarken üzerinde oluşan beyaz köpük kevgir yardımıyla alınır. Kaynatma işlemine, üzerinde köpük kalmayana kadar yaklaşık 1,5 saat devam edilir. Ateşten alınan dut, temiz bir kaba aktarılır ve aktarma esnasında dibinde biriken posa alınmaz. Üzerine 1 su bardağı su serpilerek kapağı kapatılır ve 1 saat bekletilir.

Dinlendirilen şıra tekrar temiz bir kaba alınır ve aktarma esnasında dibinde biriken posa yine bırakılır. Ateşe konulan şıra kaynarken sürekli olarak kepçe ile karıştırılır ve kepçeye alınan şıra kazandan 25-30 cm yukarı kaldırılarak tekrar kazanın içerisine dökülür. Kaynama esnasında kazanın etrafında oluşan pekmez kalıntılarının yanmaması için, devamlı olarak temiz bir bez yardımıyla kazanın etrafı silinir. Şerbetten daha koyu fakat baldan daha sıvı kıvama gelene kadar kaynatma işlemine devam edilir.

SIRMA (ÇÖREK)

MALZEMELER

- Çeşitli Meyveler

YAPILIŞI

Bu tatlı bütün meyvelerle yapılabilir. Mesela eriği seçecek olursak, erikler yıkandıktan sonra bir kazanda kaynatılır. İyice pişen erikler bir kevgire alınır ve kevgirden ezilerek geçirilir. Bir sininin üstüne elde edilen marmelat dökülür. Sinide iyice yayılır. Birkaç gün sinide duran erik marmeladı kurur. Serin yerde muhafaza edilir.

EK BİLGİ:

Sırma, parça parça kesilerek yenilebildiği gibi, üzerine toz şeker serpip dürüm yapılarak da yenilebilmektedir. Ayrıca, kışın suda ıslatılarak eritildiğinde, isteğe göre salatalara sos olarak ya da yemeklerin yanında hoşaf olarak tüketilir.

KIŞLIK HAZIRLANAN YİYECEKLER

ÜZÜM PEKMEZİ

MALZEMELER

- Üzüm
- Pekmez Toprağı

YAPILIŞI

Pekmez sonbaharda üzümler toplandıktan sonra yani bağ bozumundan sonra yapılır. Bağlardan toplanan üzümler, geniş gözenekli çuvallara doldurularak ezmek için hatıla konur. Temiz çizmelerle çiğnenerek şırası çıkartılır.

Üzüm şıraları geniş bakır kazanlar içine konur. Ekşiliğinin ve asidinin gitmesi için pekmez toprağı denilen beyaz toprak, şıranın içine katılarak bir süre kaynatılır. Kaynama esnasında pekmezin üzerinde oluşan köpükler kepçeyle alınır. Ateşten alınan pekmez, toprak ve diğer çökeltilerinden ayrılması için bir gün bekletilir.

Bekletilen üzüm şırası tekrar süzülerek büyük bakır kazanlarda kıvama gelinceye kadar kaynatılır. Kaynatma sırasında şıranın yüzünde oluşan kirli köpükler kepçeyle alındıktan sonra, kaynadıkça pekmezin üzerinde kırmızı köpük oluşur ve ağdalaşma denilen koyu kıvama gelir. Tahta kaşık pekmeze daldırılıp, çıkartılarak temiz bir tabağa damlatılır. Damlalar dağılmıyorsa pekmez kıvama gelmiş demektir. Kıvama gelen pekmez, ateşten alınarak soğutulur. Temiz ve uygun sırçalı çömlek veya cam kavanozlara doldurularak serin bir yerde muhafaza edilir.

EK BİLGİ:

İçerdiği maddeler bakımından çok önemli bir besin kaynağı olan ve tarih boyunca sofraların vazgeçilmez bir parçası olan pekmez, ezilerek çıkartılan meyve sularının (şıralarının) kaynatılarak yoğunlaştırılmasıyla elde edilir. Pekmez yüksek şeker içeriği sebebiyle iyi bir enerji kaynağı olmasının yanında kan yapıcı özelliğiyle daha ön plandadır. Vücudun günlük kalsiyum, demir, potasyum ve magnezyum ihtiyacının büyük kısmını karşılar. Kahvaltı sofrasında cevizle, haşhaş ezmesiyle beraber veya sade olarak tüketilir. Ayrıca bazı yiyeceklerin yapımında yardımcı madde olarak kullanılır. Yapılışı ve tadıyla yöreden yöreye farklılık gösteren pekmez, Isparta il, ilçe, kasaba, köylerinde halen yapılmaktadır.

DOMATES VE BİBER SALÇASI

MALZEMELER

- Domates
- Kırmızı Biber

YAPILIŞI

Domates Salçası: Belirlenen miktar kadar alınan salçalık olgun domatesler yıkanır ve başlıkları alınarak geniş bir leğen içerisine ortadan dörde bölerek doğranır. Leğen içerisine doğranan domatesler iri salçalık tuzla tuzlanarak, büyük cam veya plastik bidonlara doldurulup ağızları ince tül veya tülbentle kapatılır. Güneşte 4-5 gün bekletilerek, günde 3-4 kez karıştırılır. Bu süre sonunda karıştırırken kabukları etinden ayrılıyorsa salça çıkarılacak duruma gelmiştir. Normal bir leğen üzerindeki kevgire dökülüp geçirilerek, kabukları ve çekirdeğinden ayırtılır. Kevgirden geçirilen salçalar sinilere veya tepsilere dökülerek üzerine tülbent örtülür. Günde birkaç kez tahta kaşıkla karıştırılarak, katı kıvama gelinceye kadar güneşte birkaç gün bekletilir. Bu süre sonunda kıvama gelen salça cam kavanozlara doldurulup üzerinin barlaşmaması için bir kaşık kadar zeytinyağıyla yağladıktan sonra kapağı kapatılarak kışın kullanıncaya kadar serin bir yerde saklanır.

Biber Salçası: Biber salçasının yapımı domates salçasından farklıdır. Biberler yıkanarak sap ve çekirdekleri temizlenip iri parçalar halinde doğranarak, 5 veya 10 dakika kadar kaynatılır. Kaynamış olan biberin suyu süzüldükten sonra soğumadan normal bir leğen üzerindeki kevgirden geçirilerek kabuklarından ayrılır. İçerisine tuz ilave edilerek karıştırılır. Tepsi veya sinilere dökülerek üzeri tül veya tülbentle örtülüp güneşte koyulaşıncaya kadar bekletilir. Cam kavanozlara doldurulup üzerinin barlaşmaması için zeytinyağıyla yağlanarak kapağı kapatılır ve serin bir yerde muhafaza edilir.

KIZARTILMIŞ KAYMAK YAĞI

MALZEMELER

- Çiğ Süt

YAPILIŞI

Büyük veya küçükbaş hayvanlardan sağılan sütler kalaylı bakır süt leğenleri içine konulur ve ateş üzerinde bir veya iki kez kaynatılarak soğumaya bırakılır. Üzerlerinde oluşan kaymaklar tahta kaşıkla alınarak geniş bir tavanın içine konulur. Tava ateşe konularak, kaymak kendi yağıyla pembeleşinceye kadar kavrulur. Kızartıldıktan sonra isteğe göre kendi yağıyla beraber veya yağı ve kepeğini ayırarak ayrı ayrı küçük sırçalı toprak küplerde ya da cam kavanozlarda muhafaza edilir.

EK BİLGİ:

Kızartılmış kaymak yağı yemeklere lezzet vermek amacıyla kullanılmaktadır.

SALAMURA PEYNİR

MALZEMELER

- Koyun, Keçi, İnek Sütü

YAPILIŞI

Bahar aylarında yapımına başlanan salamura peynir, genellikle keçi, koyun, inek sütünden ayrı ayrı yapılacağı gibi sütleri karıştırılarak da yapılır.

Sağılan sütler süzüldükten sonra geniş kalaylı bakır veya alüminyum tencere içerisinde ateşe konularak ılıtılır. Ilıyan sütün içerisine peynir mayası katılarak karıştırılır ve üzeri örtülür. Süt mayalandıktan sonra, ateşte bir taşım kadar kaynatılarak bez kalıplar, üzerine taş koyarak bastırılır. Kalıptan çıkarılan peynirler dilimlenip tuzlanarak iki veya üç gün kadar bekletilir.

Geniş bir tencere içerisinde su tuzla kaynatılarak soğutulur. Önceden tuzlanarak bekletilen peynirler, naylon bidonlara veya tenekelere yerleştirilerek üzerine hazırlanan tuzlu su dökülür. Bidonu kapatmadan üzerinin barlaşmasını (tortulaşmasını) önlemek için temiz ıslak bir bez parçası konularak kapağı sıkıca kapatılır. Tenekelerin ağzı kalayla kapatılarak, soğuk bir yerde veya soğuk hava depolarında kışın tüketilmek üzere saklanır.

EK BİLGİ :

Ev hanımlarının kışlık hazırlıkları içerisinde temel gıda ürünüdür. Kahvaltı sofralarının vazgeçilmezidir.

KARIŞIK TURŞU

MALZEMELER

- Salatalık
- Kelek
- Havuç
- Yeşil ya da Kırmızı Domates
- Değişik Biber Çeşitleri

YAPILIŞI

Mevsiminde yetişen düzgün ve sağlam turşuluk malzemeler yıkanır. Kelek, salatalık, kornişon, yeşil-kırmızı domates, biber, havuç gibi turşulukların içine turşu suyu girmesi için, bıçakla birkaç yeri delinerek plastik bidonlara, sırlı toprak çömleklere veya cam kavanozlara yerleştirilir. Üzeri yarısı su yarısı sirke olacak şekilde doldurulur. Turşuya koku ve lezzet vermesi için soyulmuş sarımsak dişleri, maydanoz, doğada yetişen ve halk arasında "çördük otu" denilen ot katılır. Geniş gözenekli bir bez içine kaya tuzu koyarak turşunun üzerine yerleştirilip kapağı kapatılır. Üzerinin porlanmaması (tortulaşmaması) için yaklaşık bir veya bir buçuk ay kadar açılmadan serin ve güneş almayan yerde saklanır.

EK BİLGİ:

Kış mevsiminde, farklı ve hoş tadıyla sofralarda, özellikle bulgur pilavının yanında çok tüketilir.

Gülcülük

Türkiye'nin gül bahçesi" olarak nitelendirilen Isparta'da, Türkiye gülyağı üretiminin % 80'i ve dünya gülyağı üretiminin ise % 65'i karşılanmaktadır.

Isparta'da güller, her yıl Mayıs ayının 15'inden, Haziran ayının sonuna kadar toplanmaktadır. Sabah 05.00 ila 10.00 saatleri arasında toplanan güller, gül işleme fabrikalarına götürülerek, saat 11.00'den itibaren fabrikalarda işlenmeye başlanmaktadır. Özellikle Mayıs sonu ile Haziranın ilk haftası en yoğun gül toplama dönemidir. Isparta'nın Milas, Gölcük, Yakaören ve Gelincik Köyleri, Atabey İslamköy, Gönen Güneykent, Keçiborlu Senir ve Kılıç yerleşim yerleri en önemli gül bahçelerinin bulunduğu ve en güzel güllerin yetiştirildiği yerlerdir. Gülün en hoş kokusunu bu bahçelerde doyasıya teneffüs etmek mümkündür. Bu yerlerde ayrıca gül işleme fabrikaları da gezilebilmektedir.

Gülün bol olduğu bu coğrafya üzerinde yaşayan insanlar da konuksever ve hoş görülüdür. Şehrin insanları için;

"Gül alırlar,
Gül satarlar;
Gülü gül ile tartarlar,
Çarşı pazar güldür, gül." denilmektedir.

ISPARTA'DA GÜL ÜRETİMİNİN TARİHÇESİ

Isparta'da, gülcülüğün çok eski bir tarihi yoktur. Isparta gülcülüğü, yaklaşık 150 yıllık bir tarihe sahiptir. Daha gülcülük Isparta'da yokken, Burdur, Denizli, Çal yörelerinde gül tarımının yapılmakta olduğu bilinmektedir.

Gülcülüğü Isparta'ya, Yalvaç ilçesinden gelip Isparta'ya yerleşen Meydanbeyoğlu, Mehmet İzzet'in oğlu İsmail Efendi (1840-1915) getirmiştir.

Bu getirişin de çileli, çok ilginç bir öyküsü vardır:

İsmail Efendi, iyi bir medrese eğitimi almış ve kendini sürekli geliştirerek görüş açısı oldukça geniş bir kişidir. İlk ticari teşebbüsü dokumacılık olan İsmail Efendi'nin, çeşitli ustalardan aldığı bilgilerle kurduğu dokuma tezgahları sayesinde, bu mesleğin Isparta ve Burdur çevresinde hızla yayılmasını ve bir çok kişinin bu mesleği öğrenmesini sağlamıştır.

1889 yılında Bulgaristan'a bağlı Kızanlık bölgesinden Denizli'nin Çal ilçesine gelen bir tapu memurundan, gül çiçeğinden yağ elde edilebildiğini öğrenmesi ile İsmail Efendi bu kişiyle mektuplaşarak gülcülük üzerine geniş bilgilere sahip olur.

İsmail Efendi, komşu illerden Burdur, Denizli, Çal yörelerine doğru bir geziye çıkar, oralarda ne ekilip dikildiğine, topraktan nasıl daha çok gelir sağladıklarına bakar. Gülcülük büyük oranda yapılır ise, iyi para getirebilir ve Isparta topraklarında da gül yetişebilir kanısına varınca, hiç vakit geçirmeden, 30 dekarlık bir arazi satın alır. Çukurları açtırıp, çevrede bulunan süs güllerinin içinde, yağ gülü çeşidinin de olabileceği düşüncesiyle, bu gül fidanlarını tüm araziye diktirir. Yeni dikilen gül fidanlarının ancak üç ile beş yıl sonra en iyi ürünü vereceğini bildiğinden, sabırla gül bahçesini sular, yabani otları yolar, çapasını yapar ve o günlerin koşullarına göre zararlı böceklere karşı ilaçlar. Daha üçüncü verim yılı gelmeden, gülyağı çıkarma işinde kendine gerekli olacak araçların bazılarını yerli ustalara Isparta'da yaptırır. Onlara yaptıramadıklarını da, Bulgaristan'dan bizzat kendi getirir. Gülyağı çıkarırken gerekecek suyu ise, "Bambullu Ceviz" denilen yerden getirerek, bahçesine akıttıktan sonra, sabırla üçüncü ürün yılını beklemeye başlar.

30 dönüm toprak alarak, çukur kazdıran, gül fidanlarını diktiren, gülyağı çıkarılmasında gerekli olacak araçlara da pek çok para veren İsmail Efendi, oldukça yüklü olan bu masraflardan dolayı parasal yönden

de sıkıntı çekmeye başlar. Eğer iyi ürün alır, gülyağı çıkarır ve eline toplu para geçerse, ancak borcunu ödeyebilecektir. Dört gözle beklemekte olduğu üçüncü ürün yılı gelir. Don, kar, kış, rüzgâr, yağmur, dolu... anlayamadığı bir tabiat olayı nedeniyle gül fidanları hiç çiçek vermez. Emekleri ve harcadığı bunca para boşa gider.

Artık bütün umudunu bir yıl sonrasına, yani dördüncü ürün yılına bağlar. O yıl bahçesi iyi çiçek verir ancak, bu kez de gülyağı çıkarma yöntemini bilmediğinden başarılı olamaz. Bunlara rağmen, İsmail Efendi, direnme gücünü yitirmez, başarısızlığının nedenlerini inceleyip araştırır. Çok çalışarak gülyağı çıkarma yöntemini en küçük ayrıntısına varana dek öğrenir. Böylece, kendini bir sonraki ürün yılına hazırlar.

İlkbahar mevsimi gelir gelmez, İsmail Efendi'nin bahçesinde bir canlanma görülür. Bakımlı, tertemiz gül ağaçları, önce yeşil yaprak, sonra da pembe gül tomurcukları vermeye başlar. Mayıs ayının ilk haftasında havalar ısınınca bahçe, pembe renkli güllerle dolar. Sadece bir-birbuçuk ay süren gül sezonunda, İsmail Efendi eline geçen bu fırsatı çok iyi değerlendirir. Büyük çaba ile üretmeyi başardığı, katkısız arı "Gülyağı" ve "Gül Suları"nı gerçek değerinde satarak, inandığı bu işten yani gülcülükten bol kazanç sağlamayı başarır. Bundan sonraki amacı 30 dönüm olan gül bahçesini 50, 75, 100... dönüme çıkarmak, yaptığı gülcülüğü daha da büyütmek, genişletmek olur. Böylece; Isparta'da bir ilki başaran İsmail Efendi, "Gülcü İsmail Efendi" olarak tarihe adını yazdırır.

Isparta halkı, İsmail Efendinin tecrübesinden, Isparta topraklarının gül yetiştirmeye çok elverişli olduğunu öğrenmiş, gülün iyi para getirdiğini de gözleri ile görmüş, sonra "Tarlalarımıza biz de gül dikelim, gülcülükte iyi para var!" demeye başlamışlardır. Tüm deneyimini gül üretmek isteyen diğer kişilerle sakınmadan paylaşan Gülcü İsmail Efendi sayesinde, Isparta Kenti gül üretmesiyle tanınır olmuştur.

Bugün, Türkiye'nin gül bahçesi olan Isparta, gül yetiştiriliciliği ve gül yağı üretiminde dünyanın en önemli endüstri merkezidir. Şehirde sanayi duman ve zehirli gazlar değil, halen gül kokusu bulunmaktadır. Dünya gül yağı üretiminin yaklaşık % 60'ını Isparta karşılamaktadır. Parfümden kreme, lokumdan reçele kadar otuzdan fazla ürüne dönüşen incecik pembe yapraklı Isparta gülü, kentin her köşesinde kendisini göstermektedir.

Isparta'ya gelmişken mutlaka alınması gereken gül ürünleri gittikçe daha fazla çeşidiyle ziyaretçilere sunulmaktadır. Gül lokumundan gül

reçeline, gül şurubundan gül tespihine, gül suyundan kolonyaya, şampuandan sabuna kadar, birçok çeşidiyle gül ürünleri özellikle Mimar Sinan Caddesinde bulunan dükkanlardan temin edilebilmektedir.

Ayrıca şehir merkezindeki kafelerde bulunabilecek "güllü dondurma", yiyenlerin unutamayacakları bir lezzettir.

ISPARTA GÜLÜ'NÜN ÖZELLİKLERİ

Isparta Gülü (Rosa damascena), bitkiler âleminin tohumlu bitkiler bölümündendir. Dünyada yaklaşık 1350 gül türü tanımlanmıştır. Türkiye'de yirmidört gül türü kayıtlı olmasına rağmen gül yağı elde etmek amacıyla kullanılan tür Rosa damascena'dır. Bu gül türü, başta Bulgaristan ve Türkiye olmak üzere Fas, Mısır, İran, Suriye, Hindistan ve Kafkaslar'da gülyağı elde etmek amacıyla yetiştirilmektedir.

Isparta Gülü, Pembe Yağ Gülü, Yağ Gülü, Sakız Gülü ve Şam Gülü adlarıyla da bilinen pembe renkli, yarım katmerli ve kuvvetli kokulu, çok yıllık, dikenli ve kışa dayanıklı bir bitkidir. Gövdesi silindir biçimli, içi dolu, esmer renkli, çok dallı ve dallar çok sayıdaki irili ufaklı sert dikenlerle çevrilidir. Yapraklar yumuşak yapılı ve ince tüylerle kaplı, dairesel dizilişli olup yapraklar birbirinin üzerine gelmez.

Yaprakçıklar, 3-4 cm uzunluğunda oval şekilli, basit dişli kenarlı ve alt yüzleri tüylüdür. Çiçekler hafifçe sarkık, az ya da çok koyu pembe renklidir. Tek renkli olan çiçeklerde içteki taç yapraklar dıştakilerden daha küçük yapılı olup, çiçeklenme çalı formundaki bir bitkide görülen biçimdedir. Çanak yapraklar, taç yapraklardan daha uzun, çok parçalı ve beş çanak yapraktan ibarettir.

GÜLÜN FAYDALARI

Gül yağı başta tabipler, sonra kadınlar için vazgeçemedikleri bir madde olarak bugüne dek gelmiştir. Tedavide gül, geleneksel tıp dünyasında ilaç olarak kullanılmıştır. Gülsuyu, gül macunu ve gül yağı olarak işlenen gülün, bu üç ayrı şekliyle baş ağrısı, ateşlenme, mide ağrısı, gibi rahatsızlıkları tedavi etmekte faydalı olduğu geleneksel tıp kitaplarında yazmaktadır. Gül ayrıca şu rahatsızlıklara da iyi gelmektedir:

- İshali keser bağırsaklara rahatlık verir.
- Suyu ile gargara yapılırsa bademcik rahatsızlıklarını geçirir.
- Antiseptik etkisi vardır. Yaraları temizlemede kullanılır.
- Bayılmayı giderir.
- Ciğeri kuvvetlendirir, kalbe ferahlık verir, dimağı takviye eder.
- Gözler banyo yapılırsa kanlanma ve göz nezlelerine iyi gelir.

GÜL ÜRÜNLERİ

Gülyağı: Parfüm ve kozmetik sanayisinin en önemli ve pahalı hammaddelerinden olan gülyağı pembe yağ güllerinin buharlı distilasyon yöntemiyle kaynatılmasıyla üretilir. Dünya standartlarına uygun kalitede gülyağı, deniz seviyesinden 1050 m ve daha fazla yükseklikte yer alan, Isparta ve yöresinde yetiştirilen güllerden elde edilir. Her yıl Mayıs ve Haziran aylarında sabahın erken saatlerinde toplanan güller, hava şartlarının da katkısı sonucu üstün kalitede gülyağı üretiminin gerçekleştirilmesini sağlar.

Gül Konkreti: Fermantasyona uğramamış, rengini ve kendine has yapısını bozmamış son derece taze pembe güllerin işlenmesinden elde edilen krem kıvamında, koyu vişneçürüğü rengi görünümünde katı gülyağıdır. Parfüm ve kozmetik sanayisinin hammaddelerinden biri olan absolüt üretiminde kullanılır.

Gülsuyu: Gülyağı üretimi esnasında elde edilen yağlı suyun (mayanın) bire bir oranında damıtılmış, saf temiz ve sıcak su ile karıştırılması sonucunda elde edilen gül kokulu doğal sudur. Doğal olarak üretilen gülsuları defalarca filtreden geçirilerek, şişelere dolumu yapılır ve ambalajlanıp satışa sunulmaktadır. Gülsularının doğal olması, zararlı madde içermemesi nedeniyle bazı yiyecek maddeleri ve tatlılarda aroma olarak, cildi besleyici ve dokuları gerginleştirici özelliği nedeniyle vücut ve makyaj temizliğinde kullanılmaktadır.

Kozmetikler: Gülden, el ve cilt kremi, el ve vücut losyonu, değişik saç tiplerine yönelik şampuanlar, parfümler vb. kozmetik ürünler üretilmektedir. Isparta'da üretilen kozmetik gül ürünleri kalite ve sağlık kontrollerinden geçirildikten sonra piyasaya sunulmaktadır.

GÜL REÇELİ

MALZEMELER Hazırlama Süresi: 3 Gün - Pişirme Süresi: 30 dk

- Yarım kg Gül Yaprağı
- 2,5 kg Toz Şeker
- Yarım Litre Su

YAPILIŞI

Önce gül yapraklarının beyaz kısmı kesilerek ayrılır, kalan pembe yapraklar 1,5 kg toz şekerle, 1 sıra gül yaprağı, bir sıra şeker olmak üzere bir kâseye istif edilir ve üstü kapatılır.

Beyaz yapraklar başka kâseye alınır, üzerlerine kaynar su dökülür ve hemen ıslak bir bezle üzeri kapatılır.

2 gün sonra pembe yaprakların olduğu kâse açılır ve hamur gibi yoğrularak tekrar üzeri örtülür.

1 gün sonra beyaz yaprak bölümünün suyu süzülür ve bu suyla 1 kg şeker kestirilir. Hepsi birden yoğrulan yaprakların üzerine konup kaynatılır. Köpükleri sürekli alınarak kıvamına gelince ocaktan alınır, soğumaya bırakılır. Renk vermesi için şalgam kaynatılarak suyundan bir miktar konabilir.

EVDE GÜL LOKUMU

MALZEMELER

Hazırlama ve Dinlendirme Süresi: 1 Gün
Pişirme Süresi: 1-1,5 saat

Lokum tozu için;
- 3 Su Bardağı Pudra Şekeri
- 1 Su Bardağı Nişasta

Lokum Malzemeleri;
- 250 gr Nişasta (Mısır ya da Buğday)
- 1,5 kg Toz Şeker
- 1 Kahve Fincanı Gül Suyu
- 1 Kahve Fincanı Kuru Gül Yaprağı
- 1 Adet Küçük Kırmızı Pancar veya Kırmızı Havuç (renk vermek için) gıda boyası da kullanılabilir.
- 1 Yemek Kaşığı Krem Tartar (aktarlarda bulunmaktadır)
- 8 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Lokum tozu için 3 su bardağı pudra şekeri ve 1 su bardağı nişasta bir kapta karıştırılır. Kare veya dikdörtgen bir tepsinin altına 1 su bardağı lokum tozu ekilerek lokumun döküleceği tepsi hazır hale getirilir.

Rendelenen pancar veya havuç, tülbent arasına konulup sıkılarak suyu çıkarılır.

Derin bir tencereye 4,5 su bardağı su ile 1 kg toz şeker konulur. Orta ateşte bir kaç defa karıştırılarak kaynamaya bırakılır. Kaynayan şerbetin

köpükleri alınır ve ocağın altı kısılarak, şerbet hafif sarı renk alıp koyulaşana kadar, yaklaşık 30-35 dakika kaynatmaya devam edilir. Ocaktan alınmasına yakın, 1 çorba kaşığı limon suyu ilave edilir ve ocağın altı kapatılır.

Diğer tarafta, derin ve tercihen altı kalın bir tencereye, 250 gr nişasta, 1 yemek kaşığı krem tartar konulur. 3,5 su bardağı soğuk su yavaş yavaş ilave edilerek topaklık kalmayıncaya kadar karıştırılır. Orta hararetli ocağa konulur ve karıştırarak pişirilmeye başlanır. Yaklaşık 5 dakika kadar kaynadıktan sonra ocağın altı kısılır. Çırpma teli ya da mikser ile 10-15 dakika karıştırmaya devam edilir. Sarı şeffaf bir renk ve üzerinde iri kabarcıklar oluşunca kıvamı gelmiş demektir.

Önceden hazırlanan sıcak şerbet, azar azar pişen karışıma dökülerek çırpma teli ya da mikser ile karıştırmaya devam edilir. Şerbetin tamamı böylece lokum hamuruna yedirilir. Tekrar ocağın altı açılarak kaşık yardımıyla yavaş yavaş karıştırılır ve 4-5 dakika kaynatılarak ocağın altı kısılır. Dibinin tutmaması için ara ara karıştırılarak 55-60 dakika kadar pişirilir. Kaynama süresi ilerledikçe pişen lokum hamurunun rengi koyulaşır ve kokusu hissedilmeye başlanır. Kaşıkla alındığında kopuk kopuk dökülmesi ya da bir tabağa damlatıldığında parmağa yapışmaması kıvamının olduğunu göstermektedir. Önceden hazırlanan pancar suyundan 1 çorba kaşığı ve 1 fincan gül suyu lokum hamuruna ilave edilerek karıştırılır ve ocaktan alınır. Lokum hamurunun içine kuru gül yaprakları konulup yavaşça karıştırılır.

Hamur bekletilmeden hazırlanan tepsiye dökülür, eşit kalınlıkta olması için tepsi ileri geri sallanır. Soğuduktan sonra buzdolabına konulur ve 7-8 saat dinlenmeye bırakılır. Dinlenmiş olan lokum, üzerine lokum tozu ekilmiş kesme tahtasına ya da mermer bir zemine tepsi ters çevrilerek konulur ve kesmeye hazır hale getirilir. Lokuma yapışan sertleşmiş lokum tozları temizlenir. Bıçak lokum tozuna batırılarak, lokum 2 cm eninde şeritler halinde kesilir. Kesilen şeritler arzuya göre üçgen ya da kare şeklinde dilimlenir.

Lokumlar bir sıra lokum bir sıra lokum tozu serpilerek saklama kaplarında saklanır.

EK BİLGİ:

Yörede lokum, özel günlerin olmazsa olmazlarındandır. Kız isteme törenlerinde, söz kesildikten sonra, kına gecelerinde, sünnet merasimlerinde, mevlitlerde, kandillerde, bayramlarda ve cenaze defnedildikten sonra, genellikle bisküvi ya da kahve ile birlikte ikram edilir. Lokum, ilimizde fabrikasyon olarak üretilmekte ve pazarlanmaktadır. Ekonomik ve taze olmasından dolayı evlerde gül lokumu nadiren yapılmaktadır.

GÜL ÇAYI

MALZEMELER Tek Kişilik – Hazırlama Süresi: 15 dk

- 2-3 Tatlı Kaşığı Gül Çiçeği Yaprağı
- 1 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Gülün kurutulmuş ve saklanmış taç yapraklarından hazırlanır. Üzerine kaynar su dökülüp 10-15 dakika süreyle demlendirilir. Bu çaydan günde üç kez birer bardak içilebilir.

GÜL ŞURUBU

MALZEMELER

Hazırlama Süresi: 1 Hafta

- 500 gr Gül Çiçeği Yaprağı
- 4 Su Bardağı Toz Şeker
- 1 Tatlı Kaşığı Limon Tuzu
- 1 Adet Limon
- 3 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Gül çiçeğinin pembe yapraklarını kopardıktan sonra dip taraflarındaki beyaz bölümleri makasla kesilir. Böylece hazırlanan yarım kilo gül çiçeği yaprağı temiz bir süzgeçte bol suyla ve birkaç defa güzelce yıkanıp, üzerindeki tozlar ve yabancı maddelerle ilâç kalıntıları temizlenir. Bir kavanoza konulup üzerine 1 su bardağı su, limon tuzu, sıkılmış bir limonun suyu ilave edilir ve kavanozun ağzı sıkıca kapatılır. Gülün kokusunun ve renginin suya geçmesi için kavanoz bir kenara konulup, bir hafta bekletilir.

Gül çiçeği yaprakları renklerini verip solgunlaşınca, kavanozdan çıkarılıp atılır. Elde kalan kırmızı ve ekşimtırak suya bir ölçüye iki ölçü hesabı ile şeker katılır. Yani 1 su bardağı suya 2 su bardağı şeker katılıp erimeye bırakılır.

Diğer yandan kalan 2 su bardağı şeker de 1 su bardağı suda eritilir. Sonra bu su güllü şerbetle iyice karıştırılır.

Karışım tülbentli bir huniden geçirilerek süzüldükten sonra kavanoza veya 1 litrelik bir şişeye dökülür. Hava almayacak biçimde ağzı sıkıca kapatılıp, serin bir yerde saklanmalıdır.

Misafirlere gül şerbeti ikram edileceği zaman limonata bardaklarına gül şerbetinden iki parmak kadar konulur. İçine birer parça buz atıldıktan sonra soğuk su ilave edilir. Karıştırdıktan sonra servis yapılır.

Elmacılık

Ülkemizde Isparta İli ve özellikle Eğirdir ve Gelendost ilçeleri, elma yetiştiriciliği bakımından ciddi bir üretim kapasitesine sahiptir. Türkiye elma üretiminin yaklaşık % 20'sini Isparta karşılamaktadır. Elma meyvesinden elma suyu, elma sirkesi, elma şarabı, elma marmelatı, elma çayı gibi birçok ürün elde edilebilmektedir.

Starking ve Golden elmalarının en lezzetlisi Isparta'da bulunur. Eğirdir ve Gelendost'un göl kenarında bulunan elma bahçelerinde Türkiye'nin en güzel elmaları yetişir. Isparta elması, büyüklüğüyle görenleri hayrete düşürdüğü gibi; sarı, kırmızı, pembe ve yeşil birbirinden güzel renkleriyle göl kenarını bir inci gibi bezerken elmaların tadı da bambaşkadır.

Elmanın Yararları:

- Besin değeri yüksek bir meyve olan elma aynı zamanda sindirime yardımcı bir meyve çeşididir. Vücudu toksinlerden arındırır, kolesterolü düşürür ve şekeri dengede tutar.

- İçerdiği maddeler bakterilerin vücudunuzu etkilemesini önler.

- Elma daima kabuğuyla tüketilmelidir. Çünkü vitamin ve değerli maddeler kabuğun altındaki kısımda bulunur.

- Günde 1- 2 elma yemek sağlık açısından oldukça yararlıdır.

ELMA CİPSİ

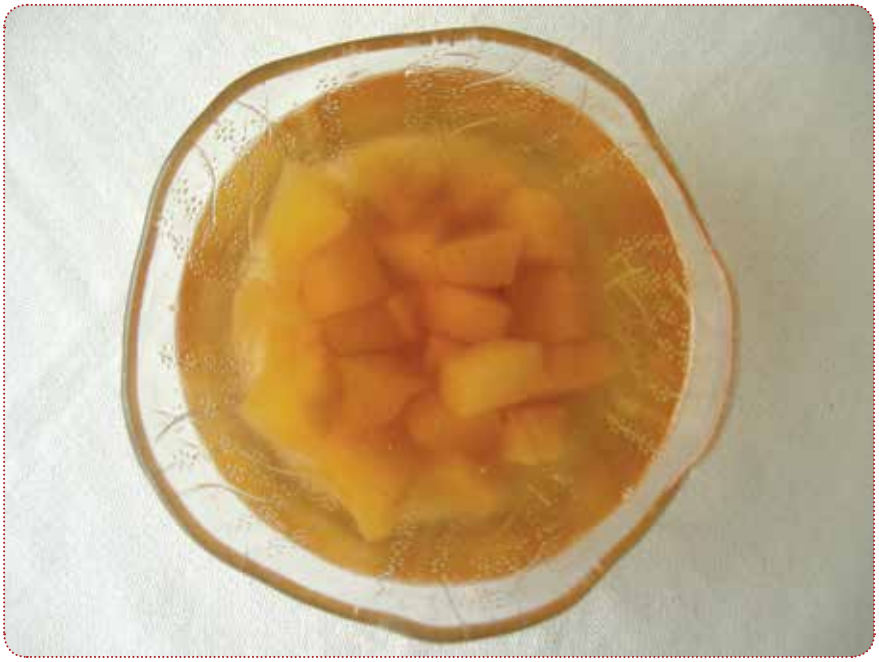
MALZEMELER 4-6 Kişilik – Pişirme Süresi: 2 – 2,5 saat

- 2 adet elma
- Yarım limon
- Tarçın

YAPILIŞI

Elmalar incecik dilimlenir. Kararmaması için üzerlerine 1-2 damla limon suyu damlatılarak iyice yayılır. Yağlı kağıt serilen tepsiye dizilir ve üzerine tarçın serpilir. 100 dereceye ayarlanmış fırında 2 – 2,5 saat tutulur.

Özellikle diyabet hastaları için ara öğünlerde kullanılan atıştırmalık bir gıda çeşididir.



ELMA KOMPOSTOSU

MALZEMELER 6-8 Kişilik – Hazırlama ve Pişirme Süresi: 45 dk

- 6 Adet Elma
- Yarım Su Bardağı Toz Şeker
- 5 Su Bardağı Su
- 1 Limonun Suyu
- Bir Miktar Tane Karanfil

YAPILIŞI

Elmalar soyulup dilim halinde ya da küp küp doğranır. Tencereye alınarak su eklenip, elmalar yumuşayana kadar pişirilir. Şeker, limon suyu ve tane karanfil ilave edilerek 20-25 dakika daha kaynatılır. Soğuk servis yapılır.

ELMA KURUSU

MALZEMELER

- Elma

YAPILIŞI

Elmalar ayıklanarak yıkanır. Olgun, sağlam ve çürüksüz olanları kurutmak için seçilir. Dilimlenerek temiz örtüler üzerine serilir ve kurutulur. Kurutulan elmalar bez torbalar içerisinde, serin ve nemsiz bir ortamda saklanır. Kak denilen elma kurusu kışın komposto yapılarak tüketilir.

ELMA MARMELATI

MALZEMELER

Hazırlama Süresi: 40 dk

- 1,5 kg Elma
- 3 Su Bardağı Toz Şeker
- 1 Adet Çubuk Tarçın
- Su

YAPILIŞI

Elmalar yıkanıp, dört eşit parçaya bölünür. Çekirdekleri çıkarılıp, çekirdek yatakları temizledikten sonra tencereye koyulur. Üzerine bir miktar su ve tarçın ilave edildikten sonra tencerenin kapağı kapatılıp orta ateşe kaynatılır. Elmalar sularını salıp tekrar çekmeye başladıklarında tencere ateşten alınır. Elmalar tahta bir kaşık yardımıyla bastırılarak ezilip, süzgeçten geçirilir. Elmalara şeker ve çubuk tarçın ilave edilir, tekrar tencereye alınıp orta ateşe kaynamaya bırakılır. Tahta bir kaşıkla karıştırılarak koyu bir kıvama gelince ateşten alınır ve soğumaya bırakılır. Ilıdığında kuru cam kavanozlara boşaltılarak serin bir yerde muhafaza edilir.

EK BİLGİ:

Elma marmeladı yapılırken, sağlam ve olgun meyveler seçilmelidir. Meyvelerin etli kısmı unsu özellikte olmamalı özellikle aromalı ve lezzetli meyveler kullanılmalıdır. Kullanılacak şeker miktarı meyve özelliğine göre ayarlanmalıdır.

ELMA PEKMEZİ

MALZEMELER

- Elma

YAPILIŞI

Yıkanan elmalar doğranıp iyice ezilir. Bir kazana konulur ve kaynatılır. Elmalar kazanda iyice haşlanınca temiz bir çuvalın içine aktarılır ve suyunun tamamen çıkması için üzerine ağır taş konulur. Çıkan elma suyu geniş bir tencere içerisine alınarak elmalar kıvamını bulana kadar kaynatılmalıdır, aksi takdirde uzun süre dayanmaz kısa sürede bozulur.

Elma Pekmezinin Faydaları:

- Elma Pekmezi, kandaki ve dışarıdan alınan kolesterolü düşürme etkisi ile kalp ve damar hastalıklarının önlenmesinde yardımcı olur.

- Kan yapar ve kan seviyesini düzenler.

- Kan şekerini kontrol altında tutar.

- Güzel kokusu sayesinde sinirleri gevşetme ve tansiyon düşürücü özelliğinin yanı sıra sindirim sistemine de faydalıdır.

- Bağırsak faaliyetlerini düzenleyen yapısıyla dikkat çeken Elma Pekmezi, hazmı kolaylaştırdığı gibi kabızlığı da engeller.

- Ayrıca, bağırsaklardaki parazitlerin dökülmesini sağlar, nefes darlığına ve mide bulantısına iyi gelir.

- Özellikle hamilelerde tavsiye edilen Elma Pekmezi, diş etlerini korumanın yanı sıra, cildi güzelleştirir, uykusuzluğa iyi gelir ve Parkinson, Alzheimer gibi nörolojik hastalıklardan da koruyucudur.

ELMALI KURABİYE

MALZEMELER 10-12 Kişilik – Pişirme Süresi: 25-30 dk

- 1 Paket Margarin (Oda sıcaklığında)
- 3 Su Bardağı Un
- 2,5 Çorba Kaşığı Yoğurt
- 1 Su Bardağı Pudra Şekeri
- 1 Paket Kabartma Tozu
- 2 Kahve Fincanı Toz Şeker
- 1 Kahve Fincanı Çekilmiş Ceviz
- 1 Tatlı Kaşığı Tarçın
- 3 Adet Orta Boy Elma

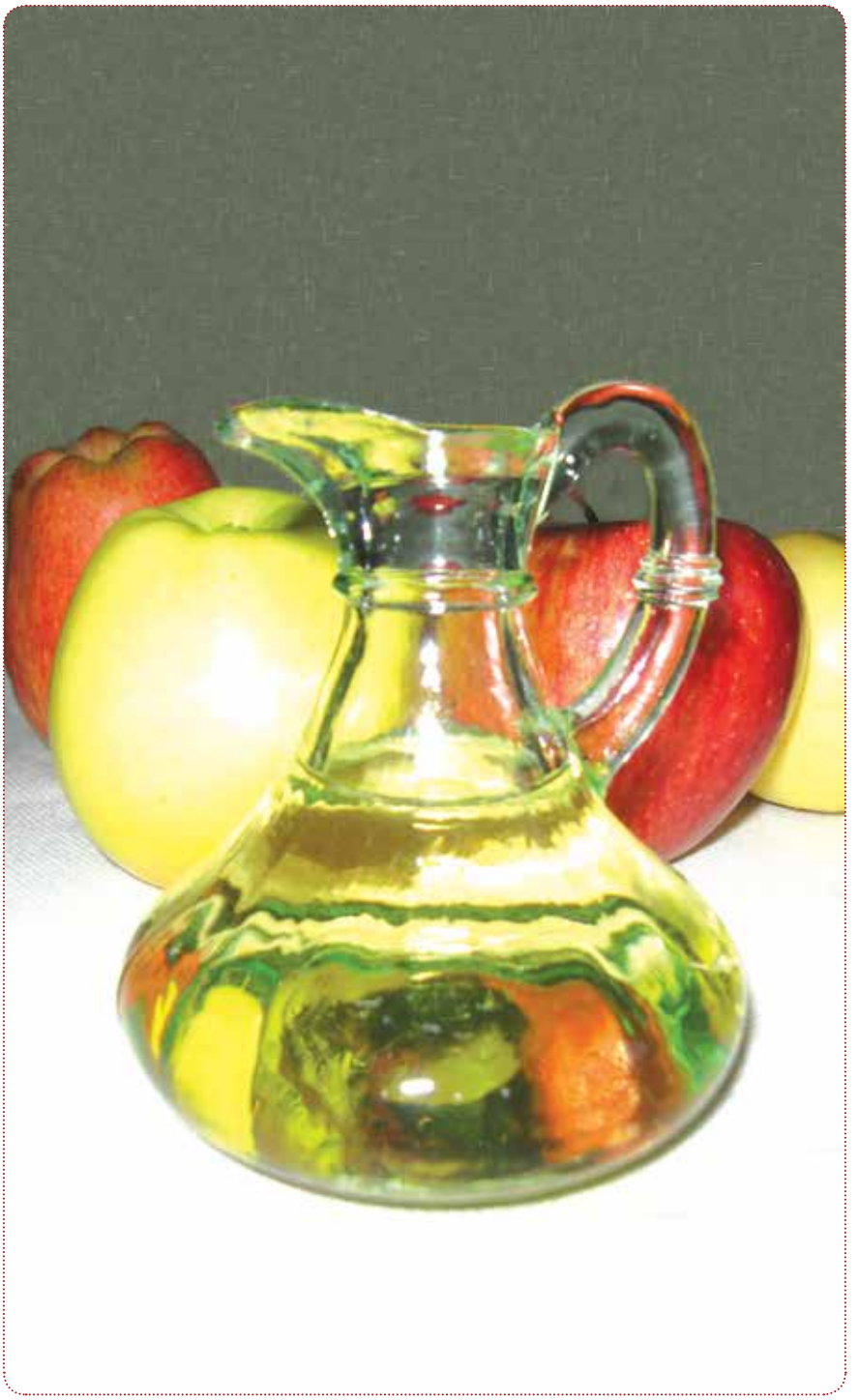
YAPILIŞI

Elmaların kabukları soyulduktan sonra, çekirdek kısımları çıkartılıp rendelenir. Bir tencereye elmalar ve şeker konularak, orta ateşte marmelat halini alana kadar yaklaşık 10-15 dakika pişirilir. Piştikten sonra ceviz ve tarçın eklenip karıştırılarak, soğumaya bırakılır.

Hamur kabının içerisine un ve kabartma tozu elenir. Ortasına bir boşluk bırakılarak havuz gibi açılır. Oda sıcaklığındaki margarin, yoğurt ve pudra şekerinin yarısı unun ortasına ilave edilerek hamur yoğrulur.

Hamur merdane yardımıyla yarım cm kalınlığında açılır, küçük üçgen parçalar kesilerek kalın kenarına hazırlanan elmalı harçtan 1 tatlı kaşığı kadar konulup kalın sigara böreği şeklinde sarılır.

Yağlanmış fırın tepsisine 3 parmak aralıklarla yerleştirilir. Önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında yaklaşık 25-30 dakika kurabiyeler altın sarısı renk alana kadar pişirilir. Pişen kurabiyelerin üzerine pudra şekeri serpilip soğuk olarak servis edilir.



ELMA SİRKESİ

MALZEMELER

- Elma

YAPILIŞI

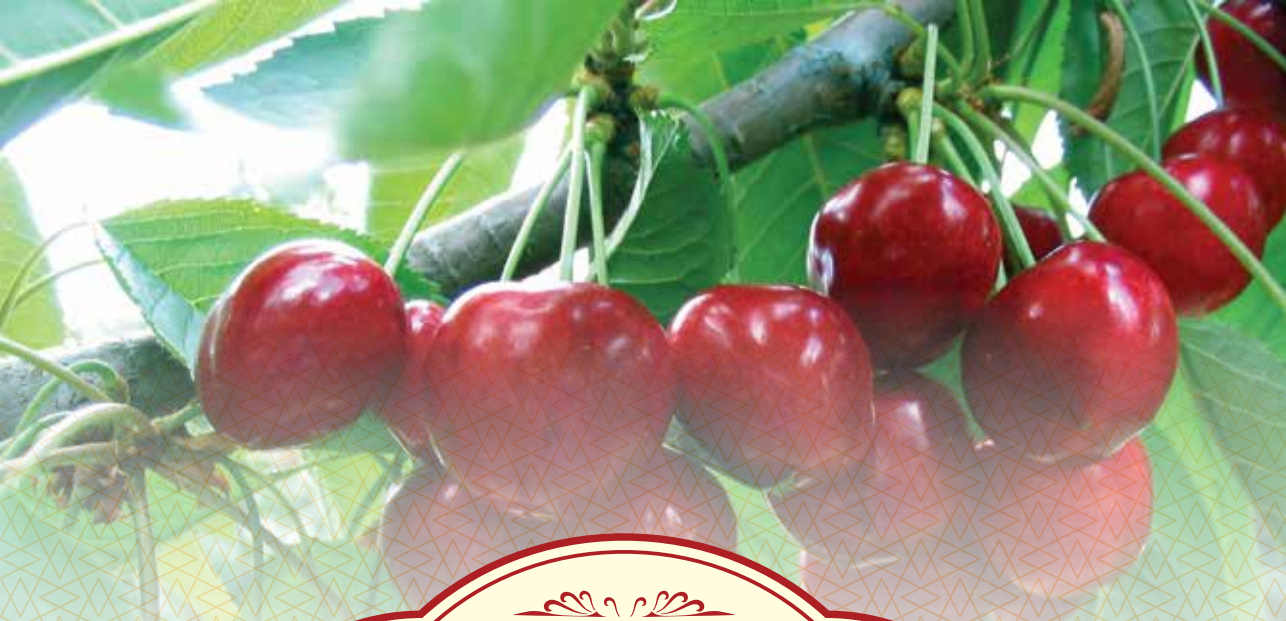
Sirke yapımında en uygun elma türü şeker oranı yüksek olan kış elmalarıdır. Farklı elma çeşitlerin bir araya getirilerek kullanılması da sirkeye ayrı bir lezzet katar. Ancak ham ve ekşi olan elmalar sirke yapımında tercih edilmemelidir. Dikkat edilecek en önemli konuysa hijyenik ortamdır. Sirke yapımında kullanılacak kaplar cam veya ahşap olmalıdır, metal kap tavsiye edilmez. Saklanmasında ise cam şişe ve kavanozlar tercih edilmelidir.

Öncelikle kullanılacak malzeme ve kavanozlar sıcak suyla iyice yıkanır. Elmalar yıkandıktan sonra küçük parçalara ayrılarak rendelenip sıkılır ya da katı meyve sıkacağından geçirilerek suları çıkarılır. Geniş ağızlı ve derin bir kavanoz içerisine meyve suyu, üstte boşluk kalacak şekilde doldurulur. Temiz bir tülbentle kavanozun ağzı kapatılır. Günde bir kez karıştırarak havalanmayı sağlamak sirkeleşmeyi hızlandırır. Sirkeleşme için ılık bir ortam tercih edilir ve kavanoz güneş ışığından uzak, loş bir yerde saklanır. Yapım sırasında sirkeleşmeyi hızlandırmak için daha önce yapılan doğal elma sirkesi katılabilir.

Sirke, seçilen elma türü ve koşullara göre 3-6 hafta içinde oluşur. Sirke kokusu alınmaya başlandığından itibaren, her gün tadarak istenilen tat ve asit derecesi elde edilene kadar işleme devam edilir. Birkaç kat tülbentten geçirilerek iyice süzülür. Böylece meyve kalıntılarından arındırılır. Hava almayacak şekilde şişelere ya da kavanozlara doldurduktan sonra serin, loş, güneş ışığı almayan bir yerde saklanır.

EK BİLGİ:

Ev koşullarında yapılan doğal sirke, ne kadar süzülürse süzülsün, üzerinde"ana" ismi verilen yumuşak kaygan bir tabaka oluşur. Bu tabaka sirke kullanılacağı zaman atılır. Doğal sirkeler rafine olanlara göre daha bulanıktır. Fakat pastörize veya damıtılarak üretilen rafine elma sirkeleri, yüksek sıcaklıklardan dolayı, ona faydalı özellikler kazandıran enzim ve mineral maddeler açısından fakirleşir, bir kısmını ise tamamen yitirir.



Kirazcılık

Kiraz, Türkiye'nin en önemli ihraç ürünlerinden biridir. Özellikle Avrupa pazarlarında Türk kirazı her geçen gün daha fazla talep görmektedir.

Isparta, Dünya kiraz üretiminin % 19'unu Türkiye'nin ise % 5'ini karşılanmaktadır. Yörede, yılda yaklaşık 22 bin ton üretimi yapılan Isparta kirazı, en fazla Almanya'ya, ardından Rusya ve son sırada ise İngiltere'ye satılmaktadır. Kirazda zirai mücadele çalışmalarında gösterilen titizlik nedeniyle özellikle AB ülkelerinde Isparta kirazı tercih edilmektedir. Isparta ekonomisinin en önemli dinamiklerinden biri kirazdır.

Isparta'da 38 bin 695 dekarlık alanda 21 bin 885 ton kiraz üretimi gerçekleştirilmektedir. Kiraz üretimi en fazla, 14 bin 700 tonla Senirkent ilçesinde olmakla birlikte, Senirkent'i, Uluborlu ve Atabey izlemektedir.

KİRAZ KOMPOSTOSU

MALZEMELER 4-6 Kişilik – Hazırlama Süresi: 30 dk

- Yarım kg Kiraz
- 4 Su Bardağı Su
- 1 Su Bardağı Toz Şeker

YAPILIŞI

Ayıklanıp yıkanmış kirazların, isteğe göre çekirdekleri çıkartılır. 4 su bardağı su ve 1 su bardağı toz şeker bir tencereye konulur. Kaynamaya başlayınca içine ayıklanan kirazlar ilave edilir. Ateş kısılır, kirazlar biraz gevşeyene kadar kaynatılır. Ocaktan alınır. Kâselere doldurularak soğuk servis yapılır.

KİRAZ REÇELİ

MALZEMELER Hazırlama Süresi: 60 dk

- 1 kg Kiraz
- 1 kg Toz Şeker
- 1 Çay Kaşığı Limon Suyu

YAPILIŞI

Kirazlar yıkanıp çekirdekleri çıkarılır. Tencereye alınarak üzerine şeker ilave edilir. Tencerenin kapağı kapatılarak, birkaç saat bu şekilde dinlendirilir. Şeker iyice eridiğinde ocağa alınır, kısık ateşte pişmeye bırakılır. Pişme sırasında oluşan köpükleri alınır. Ocaktan almadan birkaç dakika önce limon suyu eklenir. Kıvamına gelince ocaktan indirilerek soğumaya bırakılır ve kavanozlara doldurulur.

KULLANILAN MALZEMELERİN ÖLÇÜ TABLOSU

Malzeme	Su Bardağı	Çay Bardağı	Çorba Kaşığı	Kahve Fincanı	Tatlı Kaşığı
Arpa Şehriye	165 gr.	80 gr.	-	50 gr.	-
Badem içi	100 gr.	40 gr.	6 gr.	25 gr.	-
Buğday	155 gr.	70 gr.	-	55 gr.	-
Bulgur	200 gr.	75 gr.	20 gr.	60 gr.	-
Çekilmiş ceviz	100 gr.	40 gr.	6 gr.	25 gr.	-
Erişte	80 gr.	45 gr.	-	30 gr.	-
Eritilmiş yağ	220 gr.	90 gr.	-	65 gr.	-
Ev hamuraşısı	75 gr.	35 gr.	-	20 gr.	-
Fasulye	200 gr.	75 gr.	-	60 gr.	-
Fındık içi	100 gr.	40 gr.	6 gr.	25 gr.	-
Haşhaş ezmesi	200 gr.	100 gr.	30 gr.	65 gr.	-
Haşhaş tohumu	120gr.	60gr.	10gr	40 gr.	5gr.
İrmik	180 gr.	70 gr.	12 gr.	55 gr.	-
Kaymak yağı	-	-	15 gr	-	5 gr.
Kesmik	200 gr.	100 gr.	-	45 gr.	
Makarna, tutmaç	75 gr.	35 gr.	-	20 gr.	-
Margarin	180 gr.	90 gr.	15 gr.	50 gr.	5 gr.
Mercimek	200 gr.	75 gr.	15 gr.	60 gr.	-
Nişasta	100 gr.	50gr.	8 gr.	40gr.	4 gr.
Nohut	55 gr.	70 gr.	-	55 gr.	-
Peynir (rende)	100 gr.	40 gr.	4 gr.	25 gr.	-
Pirinç	250 gr.	100 gr.	15 gr.	70 gr.	-
Pudra şekeri	125 gr.	100 gr.	7.5 gr.	40 gr.	7 gr.
Salça	125 gr.	-	30 gr.	-	10 gr.
Sıvıyağ	220 gr.	90 gr.	15 gr.	65 gr.	-
Su	250 gr.	100 gr.	15 gr.	75 gr.	-
Süt	250 gr.	100 gr.	15 gr.	75 gr.	-
Tahin	200 gr.	100 gr.	-	-	-
Tereyağı	-	-	15 gr.	-	5 gr.
Tozşeker	200 gr.	80 gr.	20 gr.	70 gr.	10 gr.
Tutmaç	75 gr.	35 gr.	-	20 gr.	-
Tuz	-	-	20 gr.	-	5 gr.
Un	160 gr.	70 gr.	30 gr.	50 gr.	-
Yoğurt	200 gr.	100gr.	-	45 gr.	-
Zeytinyağı	220 gr.	90 gr.	15 gr.	65 gr.	-

SIVILARDA MİLİLİTRE ÖLÇÜMÜ

Ölçü	Sıvı olarak hacmi	Eşdeğeri
1 Su Bardağı	200 ml.	2 Çay Bardağı
1 Çay Bardağı	100 ml.	10 Yemek Kaşığı
1 Yemek Kaşığı	10 ml.	2 Tatlı Kaşığı
1 Tatlı Kaşığı	5 ml.	-
1 Orta Boy Kase	200 ml.	1 Su Bardağı

SÖZLÜK

Aşırma	Üzerinde kulp ve kapağı olan kova.
Aşiç	Yayvan iki kulplu ve kapaklı yemek pişirme kabı.
Badıç	Kulpuz küçük ibrik.
Bar	Sirke, pekmez vb. sulu yiyeceklerin üzerindeki köpük, küf, mantar.
Beze	Yoğrulan hamurun ayrıldığı parçalardan her biri, hamur topağı.
Boduç	Kulpuz ibriklerin genel adı, boyuna yakın yerden emzik takılan su içmeye yarayan ibrikler.
Böğrü Delikli	Üstten kulplu yayvan üst kısmına emzik takılmış sıvı taşınmasında kullanılan form.
Börttürmek	Haşlamak.
Çevirgeç	Sac üzerindeki ekmeği çevirmeye yarayan tahtadan yapılan alet.
Çifne	Senit. Üzerinde yufka açılan 1m^2 çapında, çoğu ceviz ağacından yapılmış hamur tahtası.
Çöğürdük Otu	Dikenli, güzel kokulu, turşularda kullanılan bir çeşit ot.
Çökelek (Çökelik)	Ayrandan yapılan yağız peynir.
Çömlekler	Geniş ağızlı kaplar.
Dağar	Ağzı geniş yapılmış, 60-70 cm. yüksekliğinde toprak küp. Yufkalar, küflenmemesi için bu kaplarda saklanır.
Dığan	Yağ tavası.
Dibek	Taştan veya ağaçtan yapılmış büyük havan
Dimrit	Erken olgunlaşan bir çeşit siyah üzüm, dimnit.
Dövme	Aşurelik Buğday.
Evsimek	Tahılın içindeki yabancı cisimleri evsecek denilen kap içinde savurarak temizlemek.
Eysıran (Esiran)	Iyi sıyıran anlamında olup, kazan ya da teknedeki hamuru kazımaya ve kesmeye yarayan üçgen şeklinde demir araç.
Göcelik	Kabuğu soyulmuş ve kırılmış buğday.
Gözer	Buğday arpa gibi tahılları çöplerinden ayıklamakta kullanılan kalbur.
Güğüm	Yandan kulplu, boynu uzun, genellikle bakırdan su kabı.
Gümrü	Geniş gövdeli, geniş ağızlı saklama kapları.
Güpecik	Küçük boyutlu küp.
Haran (Haranı)	Büyük kazan. Davet yemekleri pişirilir.

Hatıl	Üzüm ezilen ağaç tekne.
Havan	İçinde bir şey dövüp ufalamaya yarayan, tahta, taş, maden veya plastikten yapılan kap.
Hayat	Evlerin girişinde bulunan ve yerden bir miktar yüksek balkon şeklindeki kısım.
Holus	Nohut ve fasulye gibi baklagilleri çöplerinden ayıklamakta kullanılan kalbur.
İlistir	Süzgeç, kevgir.
Kasnak	Kalbur, gözer ve eleğin tahta kısmı.
Kazan	Çelik, bakır ya da alüminyumdan olup, çok miktarda yemek pişirmeye veya bir şey kaynatmaya yarayan büyük, derin kap.
Kef	Etin köpüğü.
Keşir	Havuç.
Kıkırdak	Koyunun kuyruk yağı eritildikten sonra geride kalan sert madde, posa.
Köseleç	Sac üzerindeki ekmeği çevirmeye yarayan tahtadan yapılan alet.
Leğen	Metal ya da plastikten olup, hamur yoğurmak, içerisinde bir şeyler bekletmek ya da yıkamak için kullanılan yayvan kap.
Maşa	Ateş veya kızgın bir şey tutmaya, korları karıştırmaya yarayan iki kollu metal araç.
Melekse (Meleyis)	Yoğrulan hamurun ayrıldığı parçalardan her biri, hamur topağı.
Ocak	Genellikle evin dış cephe duvarında, tabanı taş ve üzeri kemer olan yer.
Oklava	Hamur açmakta kullanılan silindir biçiminde uzunca, ince değnek.
Pelte Şapşağı	Bezeme pelte kâsesi.
Pişirgeç	Dört parmak eninde, 50-60 cm. boyunda tahtadan yapılmış ve saçın üzerindeki ekmeğin çevrilmesinde kullanılan bir alettir.
Sac	Yassı demir çelik ürünü olup, üzerinde yufka yapılan dışbükey pişirme aracı.
Sac Ayağı	Üç ayrı parçadan oluşan.
Sahan	İçinde yemek ısıtılan veya yumurta gibi şeyler pişirilen, derinliği az metal kap.

Sakatat Takımı	Böbrek, dalak, yürek, akciğer ve karaciğerden oluşan sakatat grubuna verilen isim.
Senit	Üzerinde yufka açılan 1m çapında, çoğu ceviz ağacından yapılmış hamur tahtası.
Sızgıç	Kemikli et, kıyma vb. lerinden kış için yapılan kavurma.
Sini	Üzerinde yemek de yenilebilen yuvarlak, bakır veya pirinçten büyük tepsi.
Su Şapşağı	Su bardağı.
Susak	Tek kulplu ortalama iki litrelik su aktarmaya yarayan kap.
Sürte taşı	Haşhaş ezmekte kullanılan bir taştır.
Süzek	Süzgeç.
Şapşak	Küçük hacimli kâse.
Şarakmana	1. Pekmez kaynatma işleri ve zamanı. 2. Pekmez kaynatma kazanı.
Şepit	Hamurdan çok ince açılarak sacda pişirilen ekmek.
Şinik	Sekiz kiloluk tahıl ölçeği.
Şirlek	Kulplu ağız kısmı oluklandırılmış kap.
Tahin	Koyu sıvı haldeki öğütülmüş susam.
Tandır	Yere çukur kazılarak yapılan bir tür fırın.
Toprak Dığan	Tek kulplu küçük tencere.
Tuluk	Peynir, yağ, pekmez vb. yiyeceklerin konduğu hayvan derisinden yapılma kap, tulum.
Yal Kabı	Hayvanların yiyeceklerinin konulduğu kap.

YİYECEK VE İÇECEKLERİN MAHALLİ AĞIZLA SÖYLENİŞLERİ

armut	> armıt	
ateş	> ataş	
bıçak	> pıçak	
biber	> büber	
domates	> domatiz	> domat
elma	> alma	
fincan	> filcan	
haşhaş	> haşgeş	
horoz	> horaz	
kahve	> gave	
karpuz	> garpız	
kavun	> gavın	
kazan	> gazan	
kestane	> kesdene	
koyunlar	> goyunna	
lâhana	> ilâhana	
limon	> ilimon	
oklava	> oklağı	> oklağa
öğütmek	> üğütmek	
patates	> patike	
patlıcan	> badılcan	
pekmez	> bekmez	
peynir	> peenir	
piliç	> buluş	
pirinç	> piriş	
pişmek	> bişmek	
portakal	> portukal	
raf	> iraf	
rende	> irende	
sıcak	> ısıcak	
sofra	> sufra	
tatlı	> datlı	
taze	> teze	
tencere	> tencire	
tulum	> tuluk	
tuz	> duz	
yufka	> yuka	
zerdali	> zerdeli	

DERLEYİCİ VE KAYNAK KİŞİ BİLGİ FORMLARI
DERLEYİCİ BİLGİ FORMU

1. Adı Soyadı : Zehra TEKİN
Doğum Yeri ve Yılı : Almanya – 1983
Öğrenim Durumu : Lisans
Mesleği : Enformasyon Memuru
Adresi : İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü / Isparta

2. Adı Soyadı : Zeliha ALAV
Doğum Yeri ve Yılı : Niğde – 1975
Öğrenim Durumu : Y. Lisans
Mesleği : Geleneksel Türk Sanatları Uzmanı
Adresi : İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü / Isparta

3. Adı Soyadı : Ayten KAYMAK
Doğum Yeri ve Yılı : Eğirdir – 1961
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Memur
Adresi : H.H.P. İl Halk Kütüphanesi Müdürlüğü /Isparta

4. Adı Soyadı : Ömer Osman TÜRKAN
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent – 1972
Öğrenim Durumu : Lisans
Mesleği : Öğretmen
Adresi : Halk Eğitim Merkezi Müdürlüğü Eğirdir/ Isparta

5. Adı Soyadı : Ramazan YÜCEER
Doğum Yeri ve Yılı : Eğirdir – 1956
Öğrenim Durumu : Lisans
Mesleği : Öğretmen
Adresi : Halk Eğitim Merkezi Müdürlüğü Eğirdir / Isparta

6. Adı Soyadı : İbrahim PERÇİN
Doğum Yeri ve Yılı : Yaka – 1955
Öğrenim Durumu : Lisans
Mesleği : Öğretmen
Adresi : Yaka Kasabası- Gelendost / Isparta

7. Adı Soyadı : Ayfer ÇETİN
Doğum Yeri ve Yılı : Adana – 1973
Öğrenim durumu : Lisans
Mesleği : Öğretmen-HEM Müdür Yrd.
Adresi : Isparta

8. Adı Soyadı : Ali Fakı ASLAN
Doğum Yeri ve Yılı : Emirdağ - 1988
Öğrenim durumu : Ön lisans
Mesleği : Bilgisayar Programcısı
Adresi : Senirkent / Isparta

KAYNAK KİŞİ BİLGİ FORMU

MERKEZ

K.K.1. Adı Soyadı : Ayten KAYMAK
Doğum Yeri ve Yılı : Eğirdir - 1961
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Memur
Adresi : H.H.P. İl Halk Kütüphanesi Müdürlüğü /Isparta

K.K.2. Adı Soyadı : Fatma ÇOT
Doğum Yeri ve Yılı : Yenişarbademli – 1970
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlköğretim
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Merkez / Isparta

K.K.3. Adı Soyadı : Önder Osman OFLAS
Doğum Yeri ve Yılı : Ağlasun/Burdur – 1972
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lisans
Mesleği : Usta Öğretici (Yiyecek-İçecek Alanı)
Adresi : Halk Eğitim Merkezi /Isparta

K.K.4. Adı Soyadı : Gülten YALVAÇ
Doğum Yeri ve Yılı : Yalvaç – 1952
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlköğretim
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Yalvaç

K.K.5. Adı Soyadı : Fatime ÖZBEY
Doğum Yeri ve Yılı : Yalvaç – 1960
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlköğretim
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Merkez / Isparta

K.K.6. Adı Soyadı : Nevhiz GÜNAYDIN
Doğum Yeri ve Yılı : Isparta - 1950
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Öğretmen
Adresi : Merkez / Isparta

K.K.7. Adı Soyadı : Asiye KORKMAZLI
Doğum Yeri ve Yılı : Kangal/Sivas – 1968
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Ortaöğretim
Mesleği : Bizimkız Ev Yemekleri İşletme Sahibi
Adresi : Gazikemal Mah.1314 Sokak. No:12-1 /Isparta

K.K.8. Adı Soyadı : Sakine SARIYILDIZ
Doğum Yeri ve Yılı : Keçiborlu – 1972
Medeni Hali : Bekar
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Sakine'nin Sofrası Ev Yemekleri İşletme Sahibi
Adresi : Kutlubey Mah. Cengiz Topel Cad. Ata Sok. No:15 /Isparta

K.K.9. Adı Soyadı : Selvinaz BAŞKÖYLÜ
Doğum Yeri ve Yılı : Çay/Afyon – 1969
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Yüksek Öğrenim
Mesleği : Saray Yemek Market İşletme Sahibi
Adresi : Hastane Cad. PTT Şubesi Yanı /Isparta

K.K.10. Adı Soyadı : Derya SOYLU
Doğum Yeri ve Yılı : Isparta – 1968
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Gül Ev Börek Pasta Salonu İşletme Sahibi
Adres : Çelebiler Mah. Sümerbank Cad. Balbay Pasajı. No:3 /Isparta

K.K.11. Adı Soyadı : Ümit SİYAH
Doğum Yeri ve Yılı : Isparta – 1979
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Uğur Pide İşletme Sahibi
Adresi : Yeni Sanayi Sitesi 11.Blok No:38 /Isparta

K.K.12. Adı Soyadı : Hüseyin AÇIKALIN
Doğum Yeri ve Yılı : Isparta - 1966
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Kebapçı Kadir İşletme Sahibi
Adresi : Hükümet Civarı Kebapçı Sok. No:8 /Isparta

K.K.13. Adı Soyadı : Nuri PARLAR
Doğum Yeri ve Yılı : Isparta - 1963
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lisans
Mesleği : Ferah Kebap Salonu İşletme Sahibi
Adresi : Kutlubey Mah. Eski Üzüm Pazarı No:1 /Isparta

K.K.14. Adı Soyadı : Mustafa UYSAL
Doğum Yeri ve Yılı : Eğirdir
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlköğretim
Mesleği : Uysal Aile Lokantası İşletme Sahibi
Adresi : Pirimehmet Mah. Zafer Cad.No:10/A /Isparta

K.K.15. Adı Soyadı : Arif GÜNAY
Doğum Yeri ve Yılı : Sütçüler – 1977
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Ortaokul
Mesleği : Rumeli Tulumbacısı İşletme Sahibi
Adresi : Mimar Sinan Camii Altı No:4 /Isparta

K.K.16. Adı Soyadı : Ramazan İPEKCİ
Doğum Yeri ve Yılı : Yalvaç – 1965
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlköğretim
Mesleği : Yöresel Yalvaç Ekmek Evi İşletme Sahibi
Adresi : Pirimehmet Mah.1737 Sok /Isparta

K.K.17. Adı Soyadı : Hilal KAPÇI
Doğum Yeri ve Yılı : Isparta – 1980
Medeni Hali : Bekar
Öğrenim Durumu : Lisans
Mesleği : Hemşire
Adresi : Isparta Halk Sağlığı Müdürlüğü /Isparta

K.K.18. Adı Soyadı : Cem KÜLCÜ
Doğum Yeri ve Yılı : Isparta – 1975
Medeni Hali : Bekar
Öğrenim Durumu : Lisans
Mesleği : Bilgisayar Programcısı
Adresi : Merkez / Isparta

EĞİRDİR

K.K.19. Adı Soyadı : Raşit TURAN
Doğum Yeri ve Yılı : Eğirdir – 1954
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlköğretim
Mesleği : Melodi Restaurant İşletme Sahibi
Adresi : Yeşilada Mah. No:37 Atayolu Sok.-Eğirdir / Isparta

K.K.20. Adı Soyadı : Fatih BAYSAL
Doğum Yeri ve Yılı : Sütçüler – 1990
Medeni Hali : Bekar
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Baysallar Alabalık Eğirdir Tesisleri İşletme Sorumlusu
Adresi : Eğirdir Yolu Üzeri / Isparta

K.K.21. Adı Soyadı : Mehmet Ali BAYRAKLI (Aşçı Tahir)
Doğum Yeri ve Yılı : Eğirdir – 1941
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlkokul
Mesleği : Aşçı
Adresi : İstasyon Mahallesi Yeni Dostlar Apt.No:1Kat.1
Eğirdir / Isparta

GELENDOST

K.K. 22. Adı Soyadı : Hülya KUMCU
Doğum Yeri ve Yılı : Gelendost 16.10.1969
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Usta Öğretici
Adresi : Gelendost / Isparta

K.K. 23. Adı Soyadı : Yusuf İzzet HEKİMCİ
Doğum yeri ve Yılı : Fethiye
Medeni Hali : Bekar
Öğrenim Durumu : Usta Öğretici
Mesleği : Usta Öğretici
Adresi : Gelendost / Isparta

K.K. 24.Adı Soyadı : Ummuhan POLAT
Doğum yeri ve Yılı :
Medeni Hali : Evli-Dul
Öğrenim Durumu : Okuma-Yazma Biliyor/ Okula gitmemiş
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Afşar Köyü-Gelendost / Isparta

K.K. 25.Adı Soyadı : Melek AYNUR
Doğum yeri ve Yılı : Gelendost
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlköğretim
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Gelendost / Isparta

K.K.26.Adı Soyadı : Mahmut GÜLTEKİN
Doğum yeri ve Yılı : Gelendost
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlkokul
Mesleği : Memur (Aşçı)
Adresi : Gelendost / Isparta

K.K.27.Adı Soyadı : Ülkü KAYA
Doğum yeri ve Yılı : Şarkikaraağaç
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Memur (Ev Hanımı)
Adresi : Bağıllı-Gelendost / Isparta

K.K. 28.Adı Soyadı : Seval SOYARSLAN
Doğum yeri ve Yılı : Adana
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : Lise
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Gelendost / Isparta

K.K.29. Adı Soyadı : Hatice TOSUN
Doğum yeri ve Yılı : Gelendost
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlkokul
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Gelendost / Isparta

K.K 30. Adı Soyadı : Keziban ERGÜN
Doğum yeri ve Yılı : Gelendost
Medeni Hali : Evli
Öğrenim Durumu : İlkokul
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Gelendost / Isparta

SENİRKENT

K.K.31. Adı Soyadı : Adnan SAVRAN
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent-1963
Öğrenim durumu : Lisans
Mesleği : Öğretmen
Adresi : Halk Eğitim Merkezi Müdürlüğü Senirkent / Isparta

K.K.32. Adı Soyadı : Kadir DİKMEN
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent-1988
Öğrenim durumu : Ön lisans
Mesleği : Usta Öğretici
Adresi : Halk Eğitim Merkezi Müdürlüğü Senirkent / Isparta

K.K.33. Adı Soyadı : Emsal AY
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent – 1946
Öğrenim durumu : İlköğretim
Mesleği : Ev Hanımı (Yemek Ustası)
Adresi : Senirkent / Isparta

K.K.34. Adı Soyadı : Ayten ÖZBEK
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent – 1964
Öğrenim durumu : Kız Meslek Lisesi
Mesleği : Usta Öğretici
Adresi : Senirkent / Isparta

K.K.35. Adı Soyadı : Necati ÖLGÜN
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent – 1939
Öğrenim durumu : Lise
Mesleği : Emekli Araştırmacı
Adresi : Senirkent / Isparta

K.K.36. Adı Soyadı : Yaşar BARBAROS
Doğum Yeri ve Yılı : Isparta – 1961
Öğrenim durumu : İlköğretim
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Senirkent / Isparta

K.K.37. Adı Soyadı : Hatice KÜPRA
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent - 1960
Öğrenim durumu : Kız Meslek Lisesi
Mesleği : Usta Öğretici
Adresi : Senirkent / Isparta

K.K.38. Adı Soyadı : İsmail BECEK
Doğum Yeri ve Yılı : Barla - 1971
Öğrenim durumu : İlköğretim
Mesleği : Aşçı
Adresi : Senirkent Belediyesi / Isparta

K.K.39. Adı Soyadı : Osman ÖZAY
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent – 1964
Öğrenim durumu : Lise
Mesleği : Aşçı
Adresi : B.Kabaca Kasabası – Senirkent / Isparta

K.K.40. Adı Soyadı : Birsen KARCI
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent – 1962
Öğrenim durumu : Lise
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Senirkent / Isparta

K.K.41. Adı Soyadı : Ali ULUSOY
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent - 1960
Öğrenim durumu : Ortaokul
Mesleği : Fırıncı
Adresi : Senirkent / Isparta

K.K.42. Adı Soyadı : Nermin TORAMAN
Doğum Yeri ve Yılı : Senirkent
Öğrenim durumu : Okur Yazar
Mesleği : Ev Hanımı
Adresi : Senirkent / Isparta

Yardımlarından dolayı Aksu, Atabey, Eğirdir, Gelendost, Gönen, Keçiborlu, Senirkent, Sütçüler, Şarkikaraağaç, Uluborlu, Yalvaç, Yenişarbademli Kaymakamlıklarına ve Belediye Başkanlıklarına; ayrıca Bizim Kız Ev Yemekleri, Sakine'nin Sofrası Ev Yemekleri, Saray Yemek Market, Gül Ev Börek Pasta Salonu, Uğur Pide Lokantası, Kebapçı Kadir Restaurant, Ferah Kebap Salonu, Uysal Aile Lokantası, Eğirdir Melodi Restaurant, Baysallar Alabalık Tesisleri, Rumeli Tatlı Salonu ve Yöresel Yalvaç Ekmek Evi İşletmelerine teşekkür ederiz.

NOTLAR

NOTLAR

NOTLAR